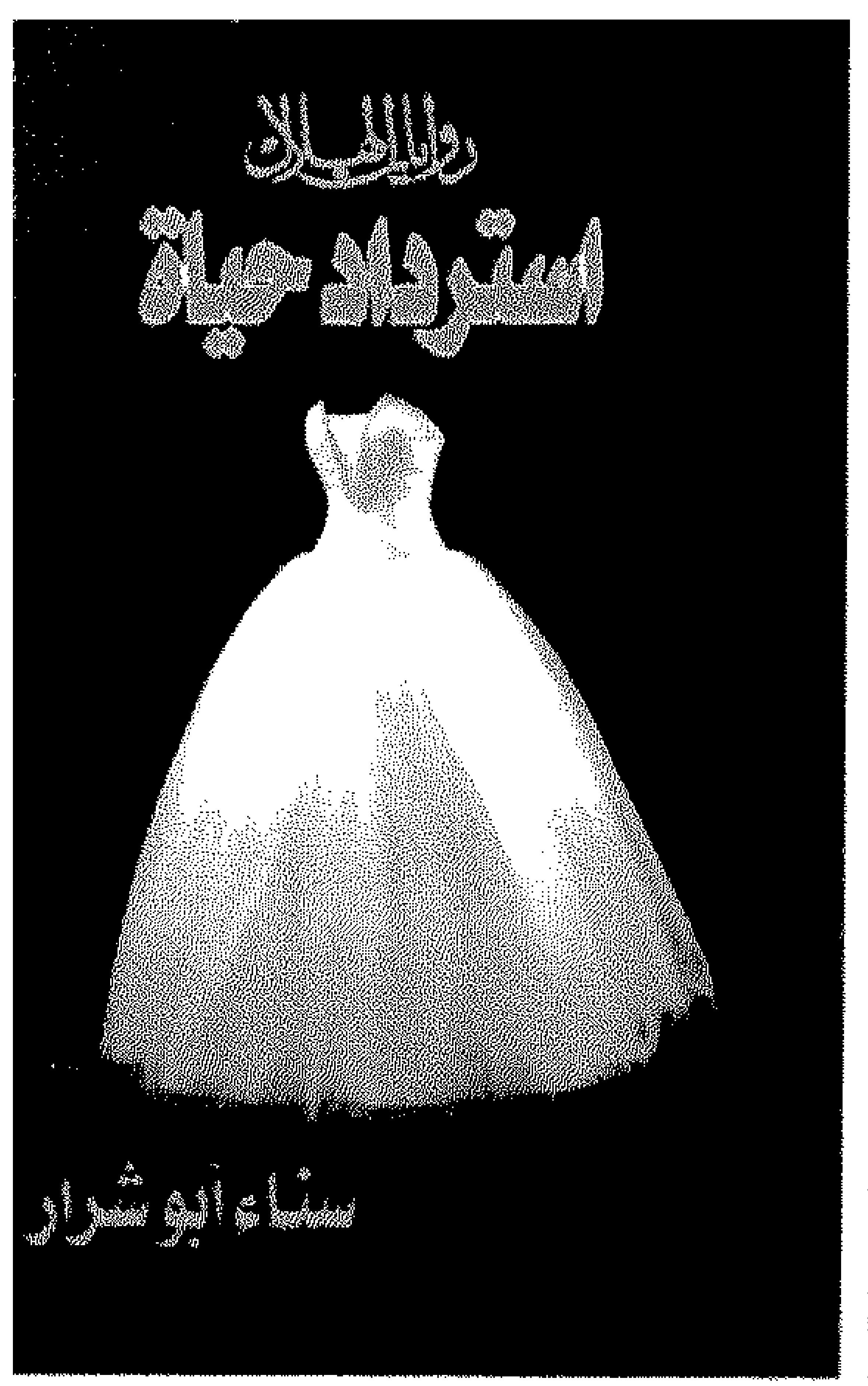
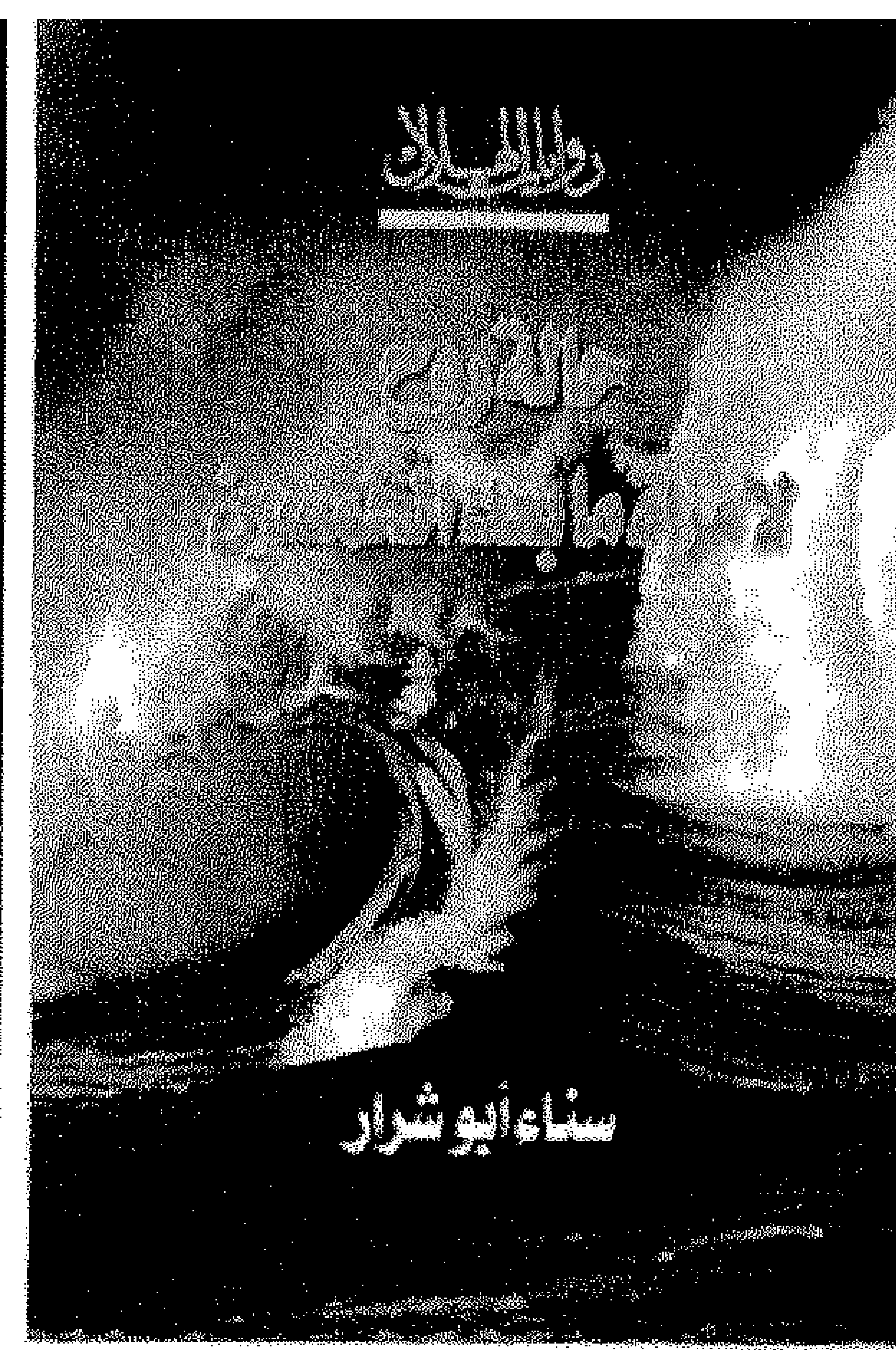
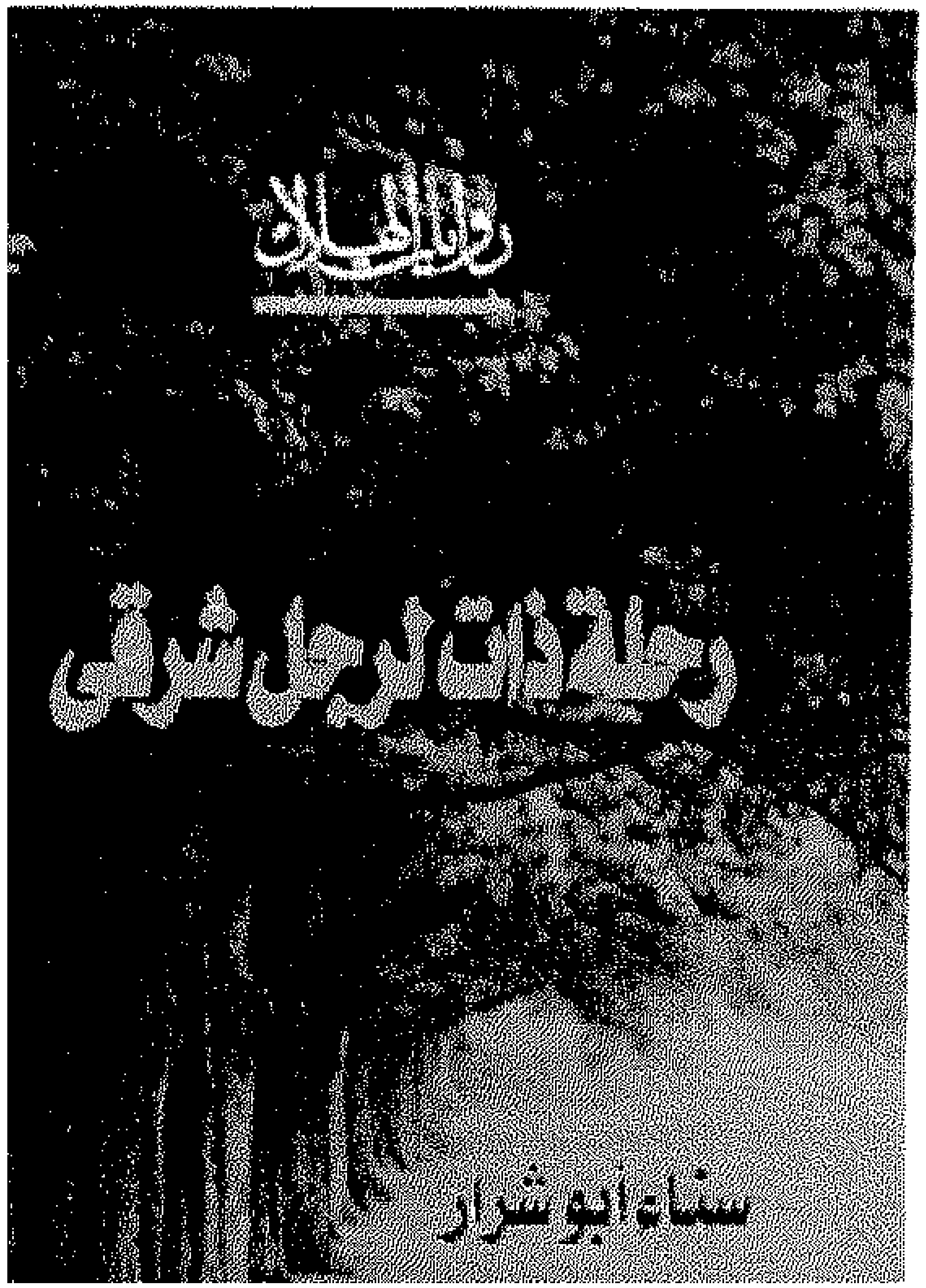
كتاب الهلال

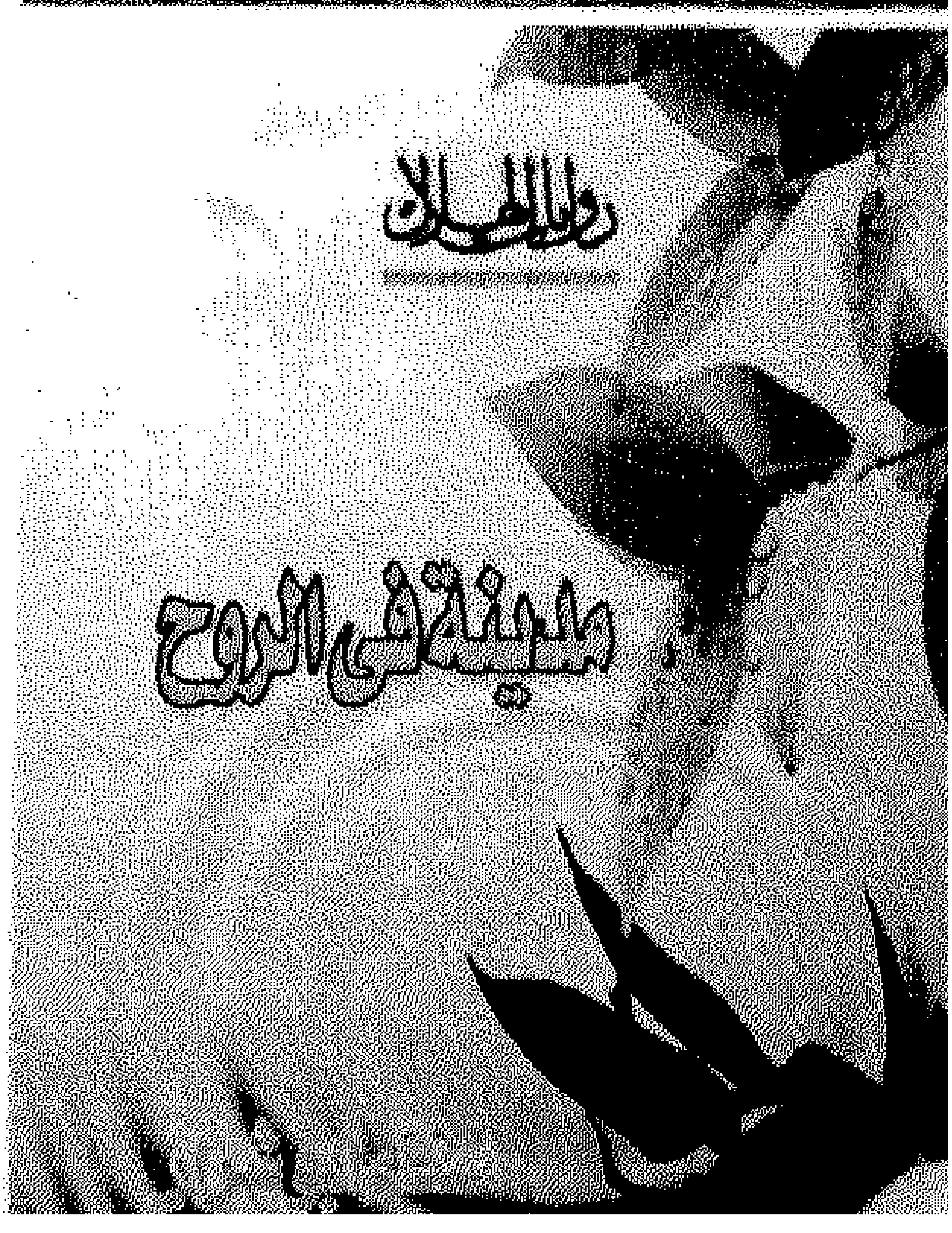
حين يتحول الوجود
إلى ورقة وقلم

سناء أبوشرار


روايات الهلال
استرداد حياة
سناء أبو شرار


روايات الهلال
سناء أبو شرار


روايات الهلال
رحلات ذات لرجل شرقى
سناء أبو شرار


روايات الهلال

سلسلة شهرية تصدر عن مؤسسة دار الهلال

رئيس مجلس الإدارة
يحيى غانم

رئيس التحرير
محمد الشافعي



مدير التحرير
أحمد شامخ

المستشار الفني
محمود الشيخ

مستشار التحرير
محمد رضوان

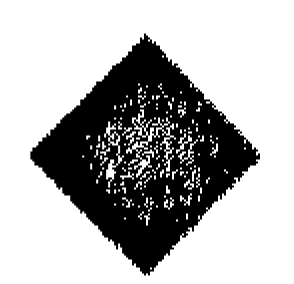
تصميم الغلاف: محمود الشيخ

الإدارة
القاهرة: ١٦ شارع محمد عزالعرب بك (المبتديان سابقا)
ت: ٢٣٦٢٥٤٥٠ (٧خطوط).
المكاتبات: ص.ب: ٦١العتبة - القاهرة - الرقم البريدي ١١٥١١ - تلغرافيا: المصور - القاهرة ج.م.ع.
تلكس: Telex 92703 hilal u n
فاكس: FAX: 3625469

ثمن النسخة
سوريا ١٢٥ ليرة - لبنان ٦٠٠٠ ليرة - السعودية ١٢ ريالا- البحرين ١.٢ دينار- قطر ١٢ ريالا- الإمارات ١٢ درهما- اليمن ٤٠٠ ريال- فلسطين ٢دولار.

الاشتراكات
قيمة الاشتراك السنوى ٩٦٠.٠٠جم داخل جمهورية مصر العربية تسدد مقدماً نقداً أو بحوالة بريدية غير حكومية- البلاد العربية ٤٠ دولاراً - أوربا وآسيا وأفرقيا ٤٥ دولاراً - أمريكا وكندا والهند ٥٠ دولاراً - باقي دول العالم ٧٥ دولاراً
القيمة تسدد مقدماً بشيك مصرفي لأمر مؤسسة دار الهلال ويرسل لإدارة الإشتراكات بخطاب مسجل كما يرجى عدم إرسال عملات نقدية بالبريد

الإصدار الأول/ يونيو ١٩٥١
البريد الإلكتروني: helalmag@yahoo.com



رقم الإيداع: ١٥٣٩٠ / ٢٠١٢

الترقيم الدولي: 7 - 1600 - 07 - 977 - 978

حين يتحول الوجود إلى ورقة وقلم ..

سناء أبو شرار

دار الهلال

إهــداء

حين تصبح الورقة وطنا
ويصبح القلم صديقا
ويرافقهما الكتاب
برحلة نحو الخلود
أعلم ساعتئذ أن الموت الحقيقى
ليس موت الجسد
بل موت الروح والفكر والشعور
لذا قررت أن أبقي علي قيد الوجود
مع ورقة وقلم وكتاب
وألا يكون لى حياة إلا فى مساحة الشعور
وحين أرحل
أعلم أن الجسد فقط من يرحل
ويبقى الشعور رفيقاً للروح برحلة الخلود

مقالات

(حول عالم الأدب)

معنى الأدب وأهميته

قبل الإجابة عن معنى الأدب لابد من السؤال عن سبب كتابة الأدب ، لماذا يحتاج الانسان أن يكتب الأدب ولماذا يحتاج أن يقرأه ؟ منذ العصور القديمة وُجدت رسومات وكتابات أدبية تعبر عن الحالة النفسية و الاجتماعية لتلك العصور ، بل استطعنا استقراء طبيعة وثقافة تلك الشعوب عبر ما تم كتابته على جدران الكهوف والمعابد والقصور . أى أن هناك حاجة فطرية لدى الانسان لأن يكتب عن حياته . الحيوان يعيش ليلبى حاجات أساسية ويومية متكررة ، طوال حياته لا يشعر بالحنين للماضى ولا يتطلع إلى المستقبل لأنه دائماً يعيش الواقع ولا يهمه سوى الواقع ، الانسان فقط ينظر دائماً بحنين لما ترك خلفه ، ويتطلع حتى آخر يوم من حياته إلى المستقبل .

أى أن الأدب فطرة مُتجذرة فى الانسان ، فالكثير من القصص القديمة تم نسجها عبر مراقبة الانسان للنجوم أو الطيور أو الجبال ، وفى كل مرة يختلف الوصف عن المرة السابقة رغم أنها تتحدث عن نفس الموضوع ، أى أن الانسان يمكنه أن يشاهد شيئا ما ويمكن أن يكتب عنه مئات المرات

بصورة مختلفة وما يساعده على هذه الرؤية المتعددة المتنوعة الثرية هو الأدب ، أن ينظر إلى العالم بنظرة الأديب لا بنظرة المخلوق الحى ، ولكن هذه المهمة لا يستطيع أن يقوم بها شخص عادى ، فالأدب كان دائماً سليل التأمل ، الانزواء ، المراقبة ، المحبة ، حب المعرفة ، التجرد عن الذات والانطلاق نحو الآخر ، رؤية العالم بنظرة الحكيم لا بنظرة الساعى للهدف ، إن الأدب مهمة شاقة وصعبة وذلك لمن لم يمنحه الله تعالى موهبة الكتابة وموهبة إدراك أعماق ما حوله دون التأثر بالقشور ، رؤية حقيقة الحياة دون تزيين ودون مجاملة ودون مواربة ، حقيقتها المرة أو العذبة وحقيقة البشر بها سواء بنبلهم أو بانحطاطهم . الأديب الحقيقى لا يبحث فى الحياة عن السعادة ولكنه يبحث عن الحقيقة ، فإن لم يجدها فيمن حوله بحث عنها فى نفسه ، وقد تختلف الحقيقة من كاتب لآخر حسب فهمه وحسب نظرته للحياة ، فالحياة فى عالم الأدب تتحول إلى مسرح ضخم يراها كل كاتب بنظرته الخاصة وربما لهذا السبب يبدو أن الأدب من أكثر الفنون الانسانية ثراءً ، لأنه يحمل كل ذلك الإرث الفكرى والإنسانى لفئة من البشر سماهم الآخرون أدباء وسموا أنفسهم باحثين عن الحقيقة.

الأدب هو مزج تفاصيل الحياة الواقعية بمشاعر إنسانية رقيقة وعميقة ، هو الخروج عما هو مألوف فى الشعور والفكر إلى ما هو غير مألوف وغير عادى أيضاً عبر الشعور ولكن بترجمتها عبر الكلمات ، الأدب هو استشعار كل ما يحسه الإنسان العادى وما يفكر به وخط تلك المشاعر سواء حزينة أو سعيدة ، هادئة أو غاضبة على أوراق بيضاء تنتظر مداد القلم كى تشعر بجمالها يتبدى بين الحروف والسطور ، الأدب هو أرقى مراتب الإنسانية لأنه لا يتحدث عن الكم ولا عن الكيفية ، لا يتحدث عن المادة ولا عن المال ، لا يسعى لجنى الثروات ولا لاستيطان القصور ، الأدب هو الحالة الإنسانية الصافية النقية البعيدة عن شوائب الهدف والوصولية ، وإن اعترى الأدب مبدأ الوصولية والهدف المادى لن يكون أدبا بل سلعة قد تكون باهظة الثمن ولكنها سلعة تخضع لكل قوانين السوق ولا ترقى إلى مراتب الانسانية العليا المُنزهة عن الغرض والهدف والمادة . إن أكبر حرية يتمتع بها الإنسان هى أن يتحدث عن نفسه عبر الأدب ، لذلك كان الأديب الحقيقى سيدا بهذا الكون ، ليس سيدا على الآخرين بل سيد نفسه، لأنه يعلم ماذا يريد بهذه الحياة وكلما ازداد رقى

مفاهيمه تجاه هذا الكون كلما شعر بعدم الحاجة لكل ما هو مادى ، لأن الأدب وإبداعه ، الأدب وجماله ، الأدب وانطلاقه يمنحه تلك الأجنحة غير المرئية لينتقل إلى عوالم أخرى غير عالم المادة وغير عالم المفاهيم التقليدية المتكررة من حوله وغير عالم الهدف والغاية والوسيلة ، الأديب الحقيقى هو مترجم لكل شعور انسانى مهما بلغت رقته وشفافيته يجد له الكلمات التى تعبر عنه مهما بلغت رقة ذلك الشعور ، فهو يستعمل أدبه أيضاً بحرفية الجراح حين يُمسك مبضع الجراحة ، وكلما كان وصفه دقيقا لذلك الشعور الرقيق المختفى خلف النظرات والكلمات والأفكار أو حتى الصمت كلما نجح بترجمة الحالة الانسانية التى يكتب عنها ، الأديب الحقيقى هو الروح اليقظة والمراقبة والمتنبهة للألم والمعاناة ، وهو من أتقن الانسحاب من عالمه والتجول فى عوالم الآخرين، لأنه شعر ومنذ زمنٍ بعيد بأن عالمه يضيق به ، وكلما كان أدبه صادقاً ومتفتحاً كلما أصبح عالمه الخاص أشد ضيقاً عليه ؛ لعمق أفكاره وشمولية مشاعره وامتداد رؤيته للحياة عبر مسافات الزمن الماضى منها والحاضر .

في عالمنا المعاصر ، يبدو أن الأدب أصبح قاربا شراعيا لا نركبه لأجل أن نصل للضفة الأخرى من النهر ولكن لكى نأخذ استراحة قصيرة من ثقل الحياة المادى ، لكى نعود بنعومة إلى إنسانيتنا التى لا تطفو إلى سطح أنفسنا إلا بخلوة مع الأدب ، أن نرى أعماقنا المدفونة بين الأعباء والمسئوليات تطفو من جديد عبر سطور أدبية تُعيدنا برفق إلى جمال الوجود ، إلى جمال الذات البشرية وإلى الجمال الأعظم وهو جمال الله تعالى الذى يتجلى بجمال هذا الكون بأسره.

العمل الأدبى يضع ما هو مهم فى الأولوية ، بينما فى الحياة العادية ننسى ما هو مهم أمام ما يجب أن نفعله بشكل روتيني كل يوم ، فيكون دور الأدب أن يعلمنا الحقيقة المختبئة خلف حياتنا العادية، الرواية ليست نموذجا لعلم النفس ولكنها بانسيابها تتجاوز التقنية الفنية التى يهتم بها النقاد، الانسياب هو ما يهم القارىء العادى ، الرواية لا تتوجه إلى المنطق لدى القارىء العادى بل إلى كينونته الانسانية وشفافيته ، عبر الرواية لا نقرأ عن البرق والرعد فقط بل يمكن أن تجعلنا الرواية نشعر برهبة البرق وبقوة الرعد من خلال الوصف الدقيق للشعور وللفكرة.

الكاتب لا يكتب لأجل الكتابة فقط ، بل لابد أن يحلل الذات الإنسانية عبر الشك والمعاناة والأخطاء الإنسانية ؛ وهذه المهمة الصعبة تتطلب السعي إلى ما هو جميل وحقيقي وليس ما هو غريب أو مثير ، فمهما كتب الكاتب عما هو مثير أو غريب تبقى مهمته قاصرة عن أن تلبي بحث القارىء عن الجمال الممتزج بالحقيقة بوجهها الجميل أو البشع . البحث عن الحقيقة هو هدف الفلسفة بينما الأدب هدفه ليس البحث عن الحقيقة وإلا سوف يتم المزج بينه وبين الفلسفة ، يمكن للكاتب أن يمزج بينهما ولكن خصوصية العمل الأدبى تتمثل فى الكلمات أما الفلسفة فخصوصيتها تتمثل فى الأفكار ، وإذا رغب الكاتب بالمزج بينهما فلابد من أن يراعى شفافية الكلمات أمام عمق الفلسفة وهو أمام إغراء الإغراق فى الأفكار بعيداً عن جمال الجمل والكلمات ، وحيث إن القارىء اختار أن يقرأ عملا أدبيا فلا بد للكاتب أن يختار بين ميوله الفلسفية وبين أسلوبه الأدبى .

هذا الأسلوب الذى يتطلب اختيار الكلمات ، جمعها ، تشكيلها تخيل الصورة الأولى والصورة الأخيرة، رؤية الشخصيات تتحرك، تتكلم ، تشعر ، تتفاعل ، ولن يستطيع

أن يقدم اللوحة النهائية للعمل الأدبى دون أن تنسجم المعانى مع الألفاظ والأفكار مع المشاعر والجمال مع الواقع حتى ولو كان هذا الواقع مؤلما فجماله يكمن بدقة وصفه لحد تطابق الوصف مع ما هو حقيقي.

المجتمع الذى يبتعد عن الأدب فى ميوله وثقافته ورؤيته للحياة هو مجتمع يغرق تدريجياً فى مادية الحياة وجفافها ، من الخطأ الجسيم الاعتقاد بأن الأدب مسألة كمالية يمكن أن نتخلى عنها ويمكن أن نحب حيازتها ، ويكمن الخطأ أنه بمقدار الابتعاد عن الأدب يتم الابتعاد عن مفاهيم إنسانية تجمع كل البشر تحت مظلة الشعور ، فلا يتبقى سوى أفكار جافة جرداء تميز بين البشر وفق المصلحة والحاجة ، وفق ما يجب أن يكون وما لايجب أن يكون ، ويكفى إعطاء مثال بسيط وحى لهذه الصورة تتمثل فى رواية البؤساء التى اخترقت آفاق الإنسانية وبجميع اللغات ، ليس لأنها رواية رائعة فقط بل لأنها رواية إنسانية تجرد بها الكاتب من جميع صفاته الشخصية لينقل شخصيات إنسانية ثرية يمكن أن تحيا بأى مجتمع بنفس القيم وبنفس المعاناة . مثال آخر على جفاف الحياة دون أدب ، حين نقرأ الخطابات السياسية

المعاصرة نشعر بمدى جفافها وغرقها فى كل ما هو مادى وما له صفة المصلحة ، وحين نقارنها بخطابات سياسية قديمة لقادة سياسيين مزجوا بين الأدب والسياسة نشعر بمدى عمق خطابهم السياسى لأنهم توجهوا للفكر وللشعور ، أما فى عالمنا المعاصر فيبدو هذا الخطاب موجها للفكر وللفكر المادى فقط ، لذا لم يعد الإنسان العادى يرغب فى أن يستمع لأى خطاب سياسى لأنه لم يعد يجد أى إنسانية تمسه بصورة مباشرة أو غير مباشرة ، ويشعر بأن السياسى الذى يتحدث كأنه شخص تمت برمجته ولا يحتوى خطابه على أى شعور وهو ما أفرزه بعد الأدب عن الخطاب السياسي، وأوضح مثال للخطاب السياسى الأدبى يتمثل فى خطاب من كلمتين هزتا أمريكا حين قالهما مارتن لوثر كينغ " لدى حلم " هاتان الكلمتان شكلتا مصير الإنسان الأسود الأمريكى ، هزت وجوده وأيقظت كرامته ورسمت طريقه نحو الحرية ، إنه الأدب الذى يُعيد بناء الإنسان والفكر ، إنه الأدب حرية الشعوب وكرامة المضطهدين وحلم المأسورين ، إنه الأدب أجنحة الفكر نحو عوالم من الحرية والتحرر من قيد الأرض وحدودها وقيودها .

نجد ذات الأثر أيضاً فى مجالات أخرى سواء التعليم أو الاقتصاد. وربما أشد المجالات حساسية تجاه الأدب هو التربية ، فنحن لم نعد نربى أولادنا وفق مفاهيم أدبية راقية تمتزج بها الإنسانية والرقى والاحترام ، بل نربى أولادنا وفق منظومة تكنولوجية جافة ، يستمد أولادنا كل القيم والمفاهيم عبر الشاشات الالكترونية ، فلا غرابة أن ينشأ جيل أنانى جاف غير منتمٍ ؛ بينما ثبت فى العديد من الدراسات الغربية بأن قراءة الأدب غيرت مجرى حياة العديد من الأطفال والمراهقين الذين يعيشون ظروفا حياتية صعبة ، لقد وجدوا عبر الأدب رؤية للحياة ، وأملا فى المستقبل وتمكن العديد منهم من إيجاد قيمته الانسانية فى الحياة.

وبالنتيجة يبدو أن الأدب قد ساهم بتشكيل بناء الإنسان فى كل عصر وفق سماته ، ولكن الخلل يحدث حين يصبح الأدب موضوعا قديما لا يمت بصلة للعالم المعاصر ، حين تتقلص مساحة وصف الشعور والإحاطة بالفكرة وتتربع التكنولوجيا على مساحة الشعور وعمق الفكرة وتجدد الإبداع.

الأدب ليس موضوعا كماليا ، بل هو موضوع أساسى يدخل فى صميم تشكيل الذات الإنسانية ، لأن الشخص العادى قد لا يستطيع أن يعبر عن مشاعره ، بل قد يجد

صعوبة أيضاً فى التعبير عن أفكاره ، فيأتى الأدب ليترجم له هذه المشاعر وليبسط له هذه الأفكار ، فيجد أخيراً من يمنحه الكلمات والتعابير ، يجد نافذة الضوء عبر العمل الأدبى، هذا الضوء الذى يرشده لكل ما يعتمل بداخله ، لذلك لابد للكاتب أن يتعامل بمنتهى الجدية فيما يكتب، لأن كل ما يكتبه سوف يكون له صدى ما بنفس من يقرأ له. الأدب ليس عملا كماليا يتسلى به الكاتب ، إنه مهمة إنسانية وبقدر إدراك الكاتب لمهمته هذه، وبقدر احترامه لهذه المهمة يكون أدبه بنفس القدر من الرفعة والرقى، لأن الكاتب لا يكتب لذاته ولكنه يكتب لكى يقرأ الآخر له ، ويكتب لكى يقرأ هو أيضاً ما كتب فلابد أن يشعر بالتقدير لما يكتب وأنه احترم منظومة أخلاقية ونفسية وفكرية لدى القاريء ، بهذه الشروط يتحول الأدب إلى عنصر من عناصر الحياة بجماله وعمقه ، بفهمه للانسانية بحالتها الصعبة أو السهلة ، برؤيته للحياة عبر الإيمان الخالص لله تعالى ومزج هذا الإيمان بكل مفاهيم الحياة ، بنظرته العميقة والجدية لكل ما يعترى النفس الانسانية من ألم أو فرح ، وألا يكتفى الكاتب بأن يكون رساما احترف رسم الوجوه والأماكن بل أن يحترف رسم ما يكمن خلف الوجوه وما يقبع خلف الأماكن.

عالم الرواية

فى عالمٍ يعجُ بالضجيج والأصوات، تأتى الرواية بصمتٍ طاغٍ لتفرض نفسها على عالم الروائى الهادىء أو الصاخب، الرواية عوالم وليست عالما واحدا، إنها الآخر والمكان والروح والفكر ونبض الحياة والذات التى تراقب وترصد وتتبع الفرح والألم، الصخب والسكون، الانسحاب والتصدي.

لذلك يبدو أن الروائي الحقيقى لا ينتمى بشكل كلى للعالم الحقيقي، لأنه يحيا فى عوالم متنوعة، عالم يرصده فى ذاته يتماوج مع وقع الشعور والفكر وتناقض النفس برفضها وقبولها وإقبالها وإعراضها، وعالم يرصده فى الحياة من حوله بتغيرها وتقلبها، بثباتها وانكسارها، يحيا بين الآخرين وبمقدار ما يشعر من العمق بداخله يرى العالم من حوله بمقدار هذا العمق إيضاً، لذا لا يحق ولا يجوز للروائى أن يكون سطحى الفكر والمنطق وإلا تهاوت روايته على عتبة الزمن وزالت من ذاكرة من يقرأ له، لا يحق ولا يجوز للروائى أن يرصد ذاته فقط من خلال روايته بل يجب أن ينطلق للذات الإنسانية بشمولها ورحابتها وألا ينغلق فى حدود نفسه الضيقة والضحلة أحياناً، إنه الراصد للإنسانية، المتتبع

لفكرها ولرفضها أو قبولها، إنه الشاهد الشعورى للوجود ولا تخضع شهادته للمنطق ولا لتسلسل الأحداث، إنه حر وطليق فى تدوينه لما حوله لأنه لا يدون الوقائع بل يدون الشعور، والشعور لا يعترف بالزمان ولا بالمكان ؛ وبمقدار اتساع رؤيته الإنسانية بمقدار اقترابه من كل جنسيات العالم ليصل إلى أعلى قمة من قمم الرقى الإنسانى ألا وهى أننا جميعاً بشر ولا فرق بيننا سوى بما اصطنعناه لأنفسنا من فروق خلقت المساحات الفكرية والنفسية والعقلية والثقافية بجعلنا فصائل بشرية لا بشرا.

يمتلك الروائى ما لا يمتلكه غيره، ألا وهو تشكيل الحياة كما يريد عبر روايته دون أن يكون شديد المثالية أو شديد التطرف، كلما كان قلمه موضوعيا وملامسا لحقيقة الحياة كانت روايته ناجحة، ولكنه فى عالمه الدفين والداخلى يستمتع بامتياز تشكيل الحياة لأنه يختار شخصيات يحبها وينتقد شخصيات لا يحبها، يختار لشخصياته مسارات تتلاقى أو تتنافر حسب تسلسل الأحداث، وحين لا تمنحه الحياة ما يبحث عنه من جمال فى الآخرين يُشكل ذلك الجمال فى روايته ؛ لذا لا يبحث عنه كثيراً فى الحياة الحقيقية لأنه وجده

من خلال السطور والكلمات، وتمنحه الرواية هذا الجمال الإلهى للذات البشرية بعطائها وألفتها مع الوجود.

الرواية من أشد أشكال الفنون قرباً للإيمان لأن الروائى يمكنه أن يرى الوجود بأكمله من خلال هذا الإيمان الدافيء الذى يمنح كل الوجود المعنى والارتقاء، وليس بالضرورة الإيمان بما يفرضه الدين على الإنسان من عبادات بل أيضاً ما يمنحه الإيمان للروح من إشراق ، ولأن العبادات هى أسهل ما يقوم به الإنسان دينياً ولكن الارتقاء بالذات الإنسانية وإلزامها بالصدق والاستقامة ومحبة الآخر مهما كانت الظروف هى من أصعب المُهمات الإنسانية، الروائى فقط يستطيع مزج هذه القيم التى تبدو صعبة فى حياةٍ أصبحت تمتزج بالأنانية وانتقاد الآخر والبحث المحموم عن السعادة أو البعض منها ، الرواية تُمكن الروائى من إبراز ما تُحدثه القيم الدينية من تأثير رقيق وعميق فى الذات البشرية، على ألا تكون رسالة دينية مباشرة بل تتسلل عبر شخصياته بصدق وشفافية.

لا بد للرواية أن تكون متواصلة زمنياً مع العالم الذى تحيا به، ليس بمعنى المعاصرة بل بمعنى تتبع التغييرات التى تطرأ

على المجتمع، لم يعد دور الروائى يقتصر على إمساك القلم وتخيل الأحداث أو اقتباسها من العالم الواقعي، بل أصبح على الروائى مسئولية رصد التغييرات فى المجتمع والتغيرات التى تطرأ على من يعيش به، خصوصاً فى العالم المعاصر الذى أصبح يتأثر بكل التيارات الثقافية والنفسية والفكرية فى عالمٍ مفتوح على بعضه البعض لا تحده قيود زمانية أو مكانية، يمكن للروائى أن يكتفى بأن يكون ناقلا للقصة، ولكن إذا كان يريد أن يكون صاحب تأثير فتأثيره يبدأ بمدى اهتمامه بالعالم من حوله وليس فقط بما يجول بأعماقه، أن يكون الراصد والمحلل والناقد والمتعاطف والمثقف.

يكتب الروائى ليقدم روايته للآخرين، ولكن ما هو أجمل من تقديمها هو أن يقرأها بدايةً لذاته ويشعر بأنها عميقة متناغمة مع نبض الحياة، ثم يقرأها مرة أخرى ليشعر إن كانت متواصلة مع هموم وتطلعات من حوله، أن ينجح فى مهمة التعبير عما لا يستطيع أن يقوله الآخرون، أن ينجح فى تسليط الضوء على قضايا مدفونة فى المجتمع ولكنها تنخر بأساساته وتخلخل بنيته الأخلاقية أو الفكرية، أن ينجح فى جعل ما هو عادى وروتينى ويومى فكريا وشعوريا وإنسانيا،

أن ينجح فى الانسلاخ عن ذاته لكى يكتب عمن حوله وعما يدور حوله وعما يجول بأعماق الآخرين وفق رؤية فكرية ومنطقية ترقى بالمفاهيم العامة إلى مفاهيم راقية وشمولية.
عالم الرواية ليس سوى مرآة صغيرة عن العالم الحقيقي، ولأنها مرآة صغيرة الحجم فلا بد أن تكون شديدة الصفاء وإلا فشلت في مهمتها، وصفاؤها يعتمد على صدق الروائى فى أنه يهتم فعلاً بالحياة وليس بحياته هو فقط، لأن رؤية الروائى للحياة ولذاته تنعكس من خلال الرواية، فإن كان يكتب متمحوراً حول ذاته فستبدو روايته شديدة الانغلاق على ذاتها ويختنق بها القارىء، وإن كان يكتب بقلم منفتح على الحياة وعلى قضاياها فيصطحب معه القاريء إلى عالم أكثر رحابة وأكثر جمالاً، بل ويحرر القارىء من قيوده الذاتية عبر نقله لعالم روحى تنعدم به الحدود والقيود. وأخيراً، من أجمل ما منحه الله تعالى للكاتب هو القدرة على الكتابة، القدرة على تشكيل عوالم متنوعة فى روحه وعقله، الانتقال مما هو محسوس إلى ما هو غير محسوس برحابته ؛ التحليق فى عوالم خيالية ولكنها واقعية نحو أفق لا محدود، السير عبر الأحداث والشخصيات والأماكن دون عوائق وكأن الرواية

روح أخرى للكاتب، تمنحه حياة أخرى ونبضا مختلفا للحياة، إن لم يكن الكاتب يعى هذه النعمة العظيمة ويقدرها فقد فاتته متعة الكتابة الحقيقية، فهو لم يكتب لأنه أراد الكتابة ولكنه كتب لأن الله تعالى منحهُ موهبة الكتابة ، وحين يُدرك هذا العطاء الجميل ويقدره ويحترمه فلا بد أن يكتب ما يليق بجمال هذا العطاء الإلهى ، بأن يحرص على القيم الأخلاقية والارتقاء بالذات البشرية ، خصوصاً فى عالم معاصر يعتبر أن القيمة الأخلاقية أصبحت لا تناسب الرواية المعاصرة، ولكن الحقيقة هى أن ما هو ثابت بهذا الكون هو القيمة الأخلاقية وما يتغير به هو كيف نتعامل مع هذه القيم الأخلاقية، ولابد للرواية أن تحاول دائماً إيقاظ ما قد تم إهماله أو إسقاطه أو تجاهله من قيم لا تستقيم الحياة بدونها.

عالم الفكر والسياسة

لماذا نعتبر أن من يكتب عن الفكر أو الأدب يبتعد عن السياسة ؟ لماذا يبدو السياسيون أشخاصا بواجهات خشبية بلا تعبير وبلا مشاعر ؟ وهل المشاعر تبدو مُخجلة في عالم السياسة ؟ أليست معاناة الفقراء تتعلق بشعورهم بالكرامة والإنسانية ؟ ألا يبدو أن غلاء الأسعار مُهدد للطبقات الفقيرة ذات الإمكانيات المحدودة والتى ترى عبر الأرقام والمشاعر بأنها لن تستطيع الصمود ؟ أليست جميع قوانين الدولة ناتجة عن حاجات ورغبات وأساسيات الحياة للمواطن ؟ ألا يعرف كلٌ منا المقولة الشائعة : " الرحمة قبل العدالة" .

الحكمة هى صانعة القانون وحين يعجز القانون عن أن يكون حكيماً يلجأ الأفراد إلى وسائل خاصة بهم لتطبيق حكمة العدالة ، قد تكون وسائل سلمية أو عنيفة ولكنها بمضمونها ترسل رسالة للقانون بأنه لا يصلح لعلاج هذه الحالة . إن القانون بابتعاده عن الروح الإنسانية ، والسياسة بتجردها من إنسانيتها تدفع بالمواطن العادى إلى الإحباط أو التمرد العلنى أو المكتوم ، وبكل الأحوال تنقطع الصلة التى يُفترض أن تكون وثيقة بين القانون والمواطن .

ولكن الفرق بين القانون والسياسة ، هى أن القانون هو قانون ببساطة التعبير وبتعقيده ولا يجوز لأى منا أن يتجاوز مواده الواضحة والمحددة ، وحبذا لو أن كل علاقاتنا تؤطر بمواد قانونية، لأننا بذلك نضمن استقامة ونزاهة المجتمع إن لم يكن بالضمير الإنسانى أو بالوازع الدينى فسوف يكون ذلك بقوة القانون وإلزاميته. أما السياسة فهى من تخطط للمواد القانونية ، ترى الحاجة لها وتكون لها رؤية محددة لكل مادة من القانون بل ولها الصلاحية المطلقة بتغيير نص أى مادة بما يتوافق مع المصالح العليا ، وحين تغلب المصالح الخاصة على المصالح العليا لا تكون سياسية بل تجارة سياسية أتقنها أصحابها لدرجة المهارة بإخفاء الغاية والوسيلة.

لماذا يكون الفكر والأدب مهمين للسياسى ؟ لأن الفكر والأدب انعكاس لمعاناة المجتمع ، لأفراحه ، لتطلعاته ، لمخاوفه ، لما يريد وما لا يريد ؛ نجد أن المواطن العادى يتحدث إلى الكاتب بطلاقة ويُطلعه على أدق مخاوفه وأحلامه ، وحين يقابل السياسى يتحفظ بل ويشك إن كان هذا السياسى يستمع له أصلاً ، بل ربما يرى بملاطفته نفاقا لكى

يكسب صوتاً فى الانتخابات المقبلة ؛ هذا الجفاء الشعورى والنفسى بين السياسى والمواطن العادى أوجد انعدام الثقة وضعف الإنجاز ، لأن المواطن حين لا يثق لا يمنح من ذاته ولا من قدراته كما يرغب فعلاً ، والسياسى حين يرى ويتجاهل انعدام الثقة به يستمر فى مساره السياسى ليس لخدمة المصلحة العامة بل لخدمة اسمه ، مصالحه ، ومركزه الاجتماعى ، والأسوأ، حفاظاً على المكتسبات التى لن تتوافر له دون فوز انتخابى.

نحن فى العالم العربى فى أزمة ثقة بين المواطن العادى والسياسى، ولا علاقة لهذه الأزمة بالديمقراطية ، فالديمقراطية أصبحت متوافرة بعدة مجالات ، ولكن الأزمة تكمن فى مدى إنسانية السياسى ، فى نظرته لدوره فى المجتمع ، فى تقديره الدينى والأخلاقى لما يقدم وما يفعل ، فى محاسبته الصارمة لذاته لأنه بكونه سياسيا أصبح شخصية عامة ولا يُحاسب مثل أى شخص عادى ، وهو أول من يجب أن يحاسب ذاته :

لماذا هذه الفجوة بين المواطن والسياسى ؟ لقد اصطنع السياسى لنفسه كرسياً عاجياً إن لم يكن فى أفكاره ففى

مشـاعره ، وبدون الفكر والأدب يشعر بتفوقه وتميزه على الأشخاص العاديين ، بأنه يفهم ما لا يفهمون ، ويقرأ ما لايقرؤون ، وقرارته لابد أن تكون هى الصحيحة ، لأنه يمتلك الرؤيا الشاملة للمجتمع ، قد يكون فعلاً يمتلك الثقافة والدرجات العلمية ليقرر كل ذلك ، ولكن ما يميز السياسة عن باقى النشاطات الإنسانية الأخرى أنها حتى وإن كانت تُمارس فى المكاتب والدهاليز، فإن نتائجها تكون دائماً واقعة على حياة كل مواطن ، ولايمكن للسياسى أن يكون متألقا مهنياً واجتماعياً وفكرياً دون أن يكون لديه تواصل إنسانى مع المجتمع، ألا يرى من السياسة سوى الجانب الجاف ، جانب المصالح والتحديات والصراعات ، وقد يكون سياسياً نزيهاً ولكن الناس لا يريدون النزاهة فقط ، بل يريدون بجانبها وبترافق دائم التواضع والاقتراب منهم ، ليس وقت الانتخابات فقط بل فى أى مكان يوجد به هذا السياسى . العمل الوحيد الذى لا يوجد له ساعات محددة هو عمل السياسى ، لأن عمله هو هذه الصلة مع من يمثلهم أو يعتقد أنه يمثلهم ، أن يكون حاضراً بكل وقت ، شاعراً بمعاناتهم محاولاً مساعدتهم حتى ولو لم يستطع ، لبقاً حين يقول لا

أستطيع ، ومترفقاً حين يضطر للقسوة ، وعادلاً حتى تجاه نفسه و أفراد أسرته ، حين ندقق النظر فى السياسة الحقيقية سوف يتردد أى منا أن يخوض مضمارها لأنها مهنة العطاء للآخر مهما كان جنسه أو نسبه أو دينه ، إنها أعلى المهمات الإنسانية رفعة ، وأكثرها نبلاً إن كانت فى سبيل المصلحة العامة ولخدمة المصلحة العامة ، وإن كانت مع الضعيف حتى يأخذ حقه وضد القوى إن كان ظالماً .

وحين تبتعد السياسة عن الحياة وعن الأدب والفكر تتحول إلى مجموعة من المصالح ، والأشياء والأشخاص والمكاتب والأرقام ، وتتلاشى تلك العلاقة الوثيقة بين ما هو سياسى وما هو إنسانى ، السياسة ليست عالم مخاطر حين يكون هدفها العدالة ، السياسة ليست حصاد مصالح حين يكون هدف السياسى الأول إرضاء الله تعالى بالعمل ثم خدمة المجتمع ، السياسة ليست عالما منفصلا عن الحياة لأنها تدخل فى بيت كل منا ، تدخل فى تفاصيل حياة كل منا ، لذلك وربما كان لابد من اختبار مستوى كل سياسى أدبياً وفكرياً لنضمن بأنه يستطيع الشعور بمعاناة من حوله ، وأنه يفهم هذه المعاناة ، وأنه قادر على إيجاد حلول لهذه المعاناة .

حين تتحول السياسة لمجرد حصد منافع ، تفقد قوة الإقناع لدى المواطن ، وتفقد الثقة ...لذلك لا يمكن للسياسة أن تكون بعيدة عن الحياة ، ولا يمكن لها أن تحيا فقط بين جدران القاعات الفخمة ، إنها هنا بين الشوارع والأزقة ، إنها هنا فى المشاعر والأفكار ، إنها ترسم مستقبل جيل كامل بكل مقوماته ، لذلك لا يمكن لأى منا أن يكون بعيداً عن السياسة وقريباً من الحياة لأنهما ممتزجان متقابلان وقد يتنافران ولكن نحن فى هذه الحياة تقودنا السياسة ، نتعايش معها ، قد نرفضها وقد نقبلها ولكنها تشكل كل أجزاء حياتنا سواء أدركنا ذلك أم لا .

الفكر هو الذى يشكل السياسة ، لأن كل سياسى سواء شاء أم أبى ، يتوجه لجمهوره بمنظمومة فكرية وأخلاقية وأدبية خاصة به ، معلنة أو ضمنية ، يتم البوح بها أو يتم اكتشافها ، ولكن هذه المنظومة تشكل مساره السياسى ، لأن السياسة ليست نظريات فى الكتب ، ولا خطابات رنانة على المحافل ، إنها مزيج متفاعل من ذات السياسى ، ثقافته ، انتمائه ، مشاعره ، نظرته للحياة، نظرته للفقر، نظرته للثراء ، نظرته لذاته وللآخر، لاضرورة للاعتناء بالسياسة لأنها تعتنى

بنفسها بحكم الظروف والحاجات ، ولكن لابد من الاعتناء بالسياسى ، لابد من تدريب نخبة من المجتمع رفيعة المستوى فكرياً وأدبياً واقتصادياً ودينياً ليكونوا قادة هذا المجتمع ، نخبة صاحبة الرؤية والنظرة والتحليل الإنسانى الشمولى والخاص . لقد أدرك الغرب أهمية إعداد السياسى ومنذ الصغر ، لأنه هو من يقود المجتمع ، وفى كل المهن لا تُسلم القيادة إلا إلى النخبة ، فلماذا فى المجتمع العربى لا نزال نسلم القيادة لمن لا يملك الجدارة ولا الشعور الإنسانى الكافى بمعاناة الآخرين ، فى الغرب المعاصر فقد السياسى صفته الجافة، وأصبح على تواصل يومى وبكل دقيقة بحاجات المواطن حتى بمشاعره ، لأن الغرب أدرك أن سياسة لا تشعر بالمواطن ولا بحاجاته ولا بمعاناته هى سياسة تسير نحو الفشل وتفقد كل حظوظها الانتخابية. عالم الفكر والشعور ليسا عالما خياليا حالما ، ولكنه جزء من البنيان النفسى والاقتصادى والاجتماعى لأى مجتمع .

المجد للقيم العليا وليس للشهرة

هل تكتب الكاتبة لذاتها أو عن ذاتها؟ أم تكتب للمجتمع وعن المجتمع من حولها؟

إن كانت تكتب لذاتها أو عن ذاتها فيمكنها أن تكتب ما تشاء وكيفما تشاء ولكن إن كانت تكتب للمجتمع أو عنه فلابد أن تسعى من خلال الكتابة لقيمة عليا اجتماعية أو دينية أو سياسية. وهل تتحمل مسئولية ما تكتبه مهما كانت بساطته أو تعقيده؟

بمجرد أن يخط القلم الكلمات التى تجول فى الفكر ويتم نشرها تتحول هذه الكلمات إلى مسئولية كبيرة لأنها لم تعد ملكا لمن يكتبها، بل تتحول إلى عالم متحرك يؤثر بمن يمر به. إن أهمية الكاتب أو الكاتبة تكمن بأنه يمكن أن يكون سببا فى تغييرات جذرية فى المجتمع لأن الفكر هو من يُشكل الشعوب وليست الماديات، ومن هنا يأتى حرص الكاتبة لما تكتب ليس لذاتها ولكن لأنها مؤثرة ولو على فئة قليلة من الناس أحبت ما تكتب وتأثرت به. إن لم تنظر الكاتبة لذاتها على أنها حاملة رسالة أخلاقية ودينية واجتماعية وسياسية –

إن استدعى الأمر- فإن كتابتها مهما حازت من شهرة وجوائز لن تتجاوز عتبة السنوات التى تحياها ، لأن المجد للقيم العليا والتى ترقى بالإنسان سواء بمعاناته أو بسعادته.

أحد القيم التى تسعى لها بعض الكاتبات " التحرر الثقافى والاجتماعى " للمرأة والرجل ، مع التحفظ على استعمال هذا التعبير الدارج ، فإنه لا يوجد فى العالم ما يُسمى بالتحرر لأن معنى التحرر الحرفى هو التفلت من كل القيود وهو أمر منافٍ للقيم الخلاقية والفطرة الإنسانية فى كل المجتمعات حتى الغربية وإلا فلماذا تتم محاكمة أى مسئول غربى إن ارتكب فضيحة أخلاقية حتى ولو كانت خيانة زوجية عابرة ؟ استبدل هذا التعبير «بالارتقاء الثقافى والاجتماعى " وأن تكون رسالة الكاتبة إعادة التوازن للمجتمع عبر الحرص على التذكير بالقيم الأخلاقية وبذات الوقت التأكيد على كرامة الإنسان سواء رجل أو امرأة وبحقهما فى الحياة الكريمة . وإن أرادت الكاتبة أن تكتب عن قهر الرجل للمرأة أن يتم ذلك فى إطار معاناة محددة ، الهدف منها تسليط الضوء على معاناة معينة وتحليل مشاعر الضحية

تجاه هذه المعاناة مع محاولة إيجاد حلول إنسانية وقانونية لإزالة هذه الظواهر القاسية من المجتمع وذلك دون التجريح بجميع الرجال ودون الإيحاء للأجيال الشابة بأن جميع الرجال قساة ووحوش ، إن علاج أى مشكلة لا يتم دون عرضها وتحليلها بشكل منطقى وموضوعى يتناول ذات المشكلة دون تعميم أو إسقاط لمبادئ إنسانية راسخة.

وراء كل رواية ، وراء كل قصة قصيرة أو بيت شعر أو نص مسرحي لابد من وجود فكر محدد تريد أن تعبر عنه الكاتبة بصورة مباشرة أو غير مباشرة ، فإن خلت هذه النصوص من فكر عميق ومدروس خلت هذه النصوص من بعدها الإنسانى حتى ولو كانت رائعة الجمال . لا يمكن للكاتبة أن تكتب عن القشور فى عالم يحيا به عامة البشر بين القشور وإلا فما الذى يميزها عن أى إنسانة عادية، ما يميزها هو سعيها الدائم والحثيث نحو الحقيقة ، نحو النور ، وهذه الحقيقة بأعلى مراتبها تتمثل فى الإيمان بالله وبما شرعه للإنسان من أوامر ونواهٍ . أما النور فإن معرفة الحقيقة الإيمانية تقود حتماً نحو هذا النور الإلهى الذى قبل أن يغمر

الكون لابد أن يغمر الذات البشرية التي قد تغرق في ظلام الجهل أو الحقد أو العنف. للكاتبة أن تكتب ما تشاء كامرأة ولكن لابد أن تدرك أنها تحمل مسئولية أكبر من مسئولية الرجل حين تكتب لأنها هي المربية ، وهي المحرك الأول للشعور والفكر في محيطها .

السياسة ليست عالما يقتصر على الرجال ، لأن السياسة ليست ما يكتب في الصحف أو يذاع على شاشات التلفاز فقط بل هي حياة أي إنسان مهما كان بسيطا ، ما يميز وجود المرأة في الحياة السياسية هو قدرتها على المزج بين الشعور بمعاناة الإنسان العادي وحاجات الوطن الأساسية ، ومن الأمثلة الواضحة تصريحات النساء الناشطات سياسيا في الغرب فخطابهن دائما يمتزج بالقيم الإنسانية ، وعلى الكاتبة العربية في المجال السياسي ألا تغفل عن هذا المزج المهم بين ما هو سياسي جاف وما هو إنساني وشعوري وألا يتحول خطابها إلى خطاب جاف تقليدا للخطاب الرجالي سعيا لإثبات هويتها في عالم سياسي ذكوري لتؤكد أهليتها وأن تدرك أن ما يميزها هو هذا الاستشعار لمعاناة المجتمع كامرأة وكاتبة وليست ككاتبة سياسية فقط.

ومن ناحية أخرى ففي ثقافة كل إنسان حاجة إلى رؤية الجمال والشعور به بما يحتويه تعبير الكلمات أو اللوحات أو الإنتاج الموسيقي، وهذه الحاجة العميقة إن تم إشباعها فإن الروح تحتويها القابلية لأن تحيا حياة كريمة مليئة من الأشياء المادية؛ وتأتي الأدب والفن بجميع أشكاله ليضفي لمسة رقيقة على هذا الوجود الجاف. ورسالة الأدب والفن بجميع أشكاله ليست دائماً قيمة عليا فقط بل قيمة جمالية أيضاً تجعل النفس تتحرر من قيود مادية ودنيوية تحاصرها وتضفي القسوة على الوجود وفي القلوب، فإن امتزاج الأدب بالجمال والقيم الدينية والأخلاقية الراقية تحققت رسالة الكاتب بأن يكون ما يكتبه ليس فقط كلمات وسطوراً بل معانٍ نابضة بالحياة يتذكر من يقرأ أن الإنسان لديه قيمة يتطلع لها لذاته فإما أن تكون هذه القيمة عليا وإما أن تكون متدنية، والواقع أن الإنسان قد يكون انعكاساً لتجلي القيمة التي حددها لذاته منذ البداية.

ومن جهة أخرى فإن مما يلفت النظر حالياً هو أن الكتب الأكثر مبيعاً في الغرب هي الكتب التي تتحدث عن القيم الأخلاقية والدينية، وربما لذلك يلزم المقارنة ولكن لأن الغرب

وخلال سنوات عديدة قد غرق فى التحرر بجميع أشكاله ، ولكنه بدأ يواجه أزمة التحلل من كل القيم خصوصاً لدى الاجيال الشابة ، فأصبح الأدب الأخلاقى والدينى يحقق أعلى المبيعات ، وهى مجتمعات كانت تعتقد أن السعادة تتحقق فى امتلاك كل ما هو مادى وهو ما نعتقده حالياً في مجتمعاتنا العربية ، يقف الغرب حالياً وبفئات واسعة منه أمام أسئلة أخلاقية وروحانية بعد رحلة طويلة من رفض لقيم كثيرة ، وهى ظاهرة لابد لكل كاتبة أن تتوقف أمامها وتتأمل وتقرر إن كان ما تكتبه يحقق إشباعا روحيا ونفسيا وأخلاقيا لمن يقرأ لها ، أم أنها تبحث عن إشباع ذاتي لما تشعر به بغض النظر عما يعترى المجتمع من تغييرات أو صراعات تحتاج لبصيرة وحكمة لتُعيده إلى أخلاقيات ومبادىء إن فُقدت يتصدع الفرد والمجتمع.

علاقة أساسية ومحورية فى المجتمع هى علاقة المرأة والرجل ومن حولها يتم نسج مجمل العلاقات الإنسانية ، علاقة قد تكون معقدة شائكة بل وصراع قد ينتهى بالاستسلام ، بالطلاق أو بالموت ؛ ولكن هذه العلاقة توجد أيضاً فى الأدب ، تنقل الكاتبة هذا الصراع عبر رواية ما أو

عبر قصص أو بيوت من الشعر ، وربما ما يحتاجه المجتمع ليس نقل صورة هذا الصراع بأبعاده المُدمرة ولكن محاولة إيجاد الحلول ، الشخص العادى حين يقرأ لا يريد فقط أن يعرف أبعاد المعاناة ، بل يريد أن يفهم لماذا حصلت المعاناة وكيف لها أن تنتهى ، إن الغرق فى أدب يتهجم على الرجل وينقل صورة العنف والأنانية والقسوة للرجل قد لا يفى بالغرض بل قد يكرس بعض الظواهر السلبية ؛ لذا لابد للكاتبة أن تخرج أحياناً من إطار كونها أنثى وضحية لتكون محركا لإرداة التغيير عبر الوعى بدورها وما يحتاجه المجتمع من تغيير وتطوير . ولابد من الاعتراف بأن الرجل حين يكون الجانى فهو الضحية الأولى لذاته وأن هناك أسبابا عميقة جعلت منه جانيا وضحية .

فى كتابهِ "اعتراف تولستوي" يقول الكاتب الكبير : (عمدت إلى جميع فروع المعرفة البشرية أنشد إيضاحاً للمسائل الخطيرة ، فكنت أفتش عن هذا الإيضاح بمرارة قلبى وصبر طويل ، لأنى لم أُقدم على علمى بدافع التطفل وقتل الوقت بما لا طائل تحته ، بل سعيت إليه بهمة ونشاط ليلاً ونهاراً) .

ومن هنا لا يخضع الإبداع الحقيقى للكاتب أو الكاتبة ،
فما فتش عنه تولستوى فى مسيرة حياته هو القيمة العليا
التى وجدها فى نهاية المطاف فى الإيمان والأخلاق ، وقد
كانت هذه رسالته ، كامرأة لابد أن أكتب عن معاناة المرأة ،
ولكننى كإنسانة لابد أن أكتب عن ما وجد الكون لأجله ألا
وهو الحق بجماله وصدقه وصعوبته وقضاياه الإنسانية التى
لا تميز بين رجل أو امرأة .

العلاقة بين الأدب والواقع الاجتماعي

يمكن للأدب أن يكون صورة عن الواقع الاجتماعي بأبعاده النفسية والفكرية والشعورية والمادية، بل قد يكون الأدب الصوت الذي يسلط الضوء على معاناة مجتمعية ويتم لفت نظر المجتمع لهذه المعاناة وبالتالي إيجاد حلول جذرية لها ، أي أن الأدب يمكن أن يكون مرآة لكل ما يدور في المجتمع وبقدر جديته وتركيزه على القضايا الإنسانية يكون نجاحه بأن يتحول لجزء من الواقع الاجتماعي وليس مجرد انعكاس له ، فكم من الروايات غيرت مجرى حياة الكثير من الناس بل غيرت مفاهيم متجذرة في المجتمع . ولكن الأدب أيضاً له وجه آخر وهو الوجه الخيالي ، أن يتمكن الأديب من نقل القارئ العادي إلى عوالم من الخيال الذي لا يمكنه أن يتخيله كشخص عادي ، أن تتحول الرواية الخيالية إلى رحلة إلى مجهول آخر جميل ومثير ومحرك للذكاء والفضول، يعلم القارئ والكاتب أنهما يبحران في عوالم خيالية ولكنهما قبلا ومنذ البداية الذهاب في تلك الرحلة عبر الخيال والخيال فقط، فيطلق كل منهما العنان لمشاعره وأفكاره بالإبحار لتلك العوالم الخيالية بلا قيود ولا حدود لزمان أو مكان، بل قد تتب

يبدو أن هذا الأدب الخيالى من أجمل ما يعترى النفس البشرية بتحريرها من كل ما هو واقعى ، وهذا الخيال يمنحها بعداً آخر للواقع الذى تعيشه ، فهى تخرج من قيودها عبر الأدب الخيالى وترحل معه بعيداً عن الواقع وحين تعود لواقعها تعود محملة بكل تلك الصور الخيالية ، فيحصل المزج ليس بين الصور الخيالية والواقعية بل يحصل المزج فى عالمين من الشعور لأن الشعور لا يفرق بين ما هو خيالى وما هو واقعى ، لذلك يحلق الشعور بالقاريء إلى فضاءات أخرى حتى ولو كانت أفكاره متجذرة فى العالم الواقعى. وحين يكون الأدب صورة عن الواقع لابد أن يكون شديد النقاء وشديد الدقة فى نقل تلك الصورة الواقعية ، لأن الخيال يسمح بالالتفاف حول الأفكار ولكن الواقع لا يسمح بذلك ولا يسامح على ذلك الالتفاف ، حين يكون الأدب واقعياً لابد أن يكون حزيناً حين يكون الواقع حزينا ، لابد أن يكون غاضباً حين يكون الواقع غاضبا ، لابد أن يكون مملاً حين يكون الواقع مملا ، الأدب الواقعى عالم جدى جداً ولابد أن يكون الأديب على درجة من المسئولية والإدراك حين يكتب عنه لأنه لا ينقل صورا فقط بل يرسم حياة بأكملها على الأوراق ولا يُسمح له بتزوير ما هو واقعى .

إذا كان الواقع خارج ذواتنا ثابتا ولكنه بأعماقنا ليس ثابتا ، فنحن نرى الواقع بمنظار المشاعر والأفكار ونحاول أن نفهم الواقع عبر ما يدور بأعماقنا ، فيكون دور الكاتب رؤية الواقع واستقراء ما يدور بداخل الأشخاص من حوله ، أى أنه راصد للواقع وبذات الوقت يحل شيفرة الذات الداخلية للإنسان ، لأن الحياة ليست الواقع فقط ، بل هناك عوالم أخرى تمتد لأبعد من الواقع الذى نحياه وعالم الفيزياء يؤكد هذه الحقيقة بجميع أبحاثه العلمية ، ويبلغ إبداع الكاتب أقصى حدوده بمقدار تجاوزه لحدود هذا الواقع وبمقدار سبره للأعماق الدفينة لما يدور فى الذات البشرية واستشعاره لتلك العوالم الأخرى خارج حدود الواقع وأبعد من حدود النفس البشرية.

ولكن ما الذى يبحث عنه الكاتب حين يكتب عن الواقع ؟ هل يبحث عن الحقيقة ، الإثارة ، أم أن يجعل كتابه أكثر مبيعا حتى ولو كتب عن كل أنواع الشذوذ الأخلاقى والنفسى مقابل شهرة دائمة أو مؤقتة؟ الكاتب الباحث عن الشهرة وتألق الاسم مهما كان الواقع الذى يكتب عنه ، يبقى كاتبا ولكنه لا يلبى المطلب الإنسانى والأدبى الأول وهو البحث عن

الحقيقة، لأنه لم يحاول التعتيم على الحقيقة ولكنه يبحث عن النجاح

ولم يحاول لفظة المجتمع والحيلة، ومرونة تطرفيات أو نفكار لا

يمكن أن يكون أديبا ولكنه لنافل للغرابة للإثارة وإلى تشويق ،

القارئ حين يقرأ كتاباته فلا يقرأ له فعليا فلكن يقول إن

الغرابة والشذوذ وفي استخراج عن المألوف، وأما الأديب الحقيقي

فهو من التهذيب القلوب والكتابات عبر الأبعاد الإنسانية المتجذرة

في الذات البشرية، فهو من المتعلقات هذه الكائنات من قيمها

الإنسانية بتغيير دائما للحفاظ على هذه القيم، وتجدها في

أعماقهم وتتقبلها فتستوعبها أنها لم تفقدها تماما بل

قد تغيب الأتربة التي تراكمت لا تجعلها تعود إلى القيمة، لأنه

أصبح الإنسان الآخر أقل إنسانية، الأديب الحقيقي هو

من حافظ على ملامحه الإنسانية فى كل المواقف وفي كل

المتغيرات والصدمات التي الحفاظ على هذه الإنسانية يبدو

أنه لا يمكن للمرء أن يستطيع أن يعيش بدونها لا

يستطيع أن يكتب بدونها ولا يمكن أن يكون من الأدباء العالميين

وقد تشبثوا بإنسانيتهم وثقافتهم، فهو

الحقيقي في كتب الكاتب عن الواقع ولكن لا يمكن أن

يكتب بما يقع في الواقع من غير التشبث بالمبادئ

نبيلة وقد تكون وضيعة، قد تكون مثالية وقد تكون مادية ولكنها المحرك لكل التصرفات الإنسانية، قد تنحرف بسبب الطمع والحقد، وقد تتخذ المسار الصحيح بسبب الحب والنزاهة، جميع الأعمال الأدبية تحمل ذلك الوجه الواقعي للعمل الروائي ثم تحمل ذلك الوجه الخفي لما يدور في الذات البشرية وما يدور في الذات البشرية يبدو أكثر تعقيداً مما يدور في الواقع الحسي، لأنه بداخل هذه النفس تكمن جميع المشاعر، جميع الرغبات، جميع التطلعات وأيضاً آخر محطات اليأس والانسحاب غير المعلن.

ولكن هل الأدب يأخذ دور المصور الفوتوغرافي للواقع ؟ إذا اكتفى الكاتب بأن يأخذ دور المصور فهو فعلاً يكون مصوراً فوتوغرافياً ليس بالكاميرا الفوتوغرافية بل بالكلمات والحروف والجمل، وهو بذلك لا يضفي شيئاً جديداً للقارئ لأن كل الماديات يعرفها ويلمسها القارئ بالصورة وبعناية لا يكمن إلا بتقدم هو في الصورة، وهو لا يفعل سوى إعطاء القارئ فرصة رؤية الواقع مرتين لا أكثر، ولكن العمل الأدبي الفني لا يكتفي بأن يأخذ دور الكاميرا بل يمنح للواقع صوراً أو حتى عدة صور مختلفة بالألوان والحركة والتفاعل، يضع رؤية

جديدة لكل تفاصيل الصورة ، لأنه يرى الأحداث من منظار متعدد الأبعاد والزوايا وليس من منظار الكاميرا المحدود ، الأديب الفنان يرى الواقع من عدة أبعاد وليس من بعد واحد، يكتب عما هو بسيط بلغة عميقة ، ويكتب عما هو معقد بلغة بسيطة لأنه يفكك الواقع ويعيد تشكيله برؤية الإنسان الأديب وبمقدار وعيه الإنساني والثقافي تأخذ هذه الصورة الواقعية أبعادا أوسع ، ولهذا يبدو أن الأديب الحقيقي له دور غير دور الكتابة الأدبية ، له دور إيجاد الحلول أيضاً لمشاكل إنسانية لأنه يرى العالم بمنظار متعدد الأبعاد .

من ناحية أخرى ، لابد أن نتعلم كيفية قراءة الأدب ، خصوصاً لمن قرأ الكثير من الأعمال الأدبية، لابد أن تتوافر مهارة رؤية كل عمل أدبي بنظرة جديدة ودون أفكار مسبقة تقارنها أو تشبهها بعمل آخر ، فمهما تشابهت الأعمال الأدبية خصوصاً حين تتحدث عن الواقع فإن روح كل كاتب تختلف عن الآخر ، وعملية الكتابة عملية روحية بالدرجة الأولى رغم كونها تتصل بجميع العلوم الأخرى ، ولكن العلاقة الأصلية والأساسية بين الكاتب وما يكتب هي صلة روحية مع

ما يكتب ، ما دفعه للكتابة ليس الألم أو الفرح وإلا يمكن لكل إنسان يتألم أو يفرح أن يكتب ، ما دفعه للكتابة هو نداء الروح بأن تتسلل الكلمات بهدوء بدون هدف وبدون غاية لتبدأ بنسج تلك العلاقة الأدبية بين الكاتب وأوراقه ، هذه العلاقة الروحية تنشأ حين يكتب أول سطر ولا يدركها في البداية ولكنه مع استمراره في الكتابة يستشعر هذه العلاقة بقوة أكبر ، لا يستطيع وصفها لأنها خارج حدود الوصف ، ولكن كل ما كتبه يحمل طيف هذه الروح الشفافة الخفية .

وأخيراً، لكي نستمتع حقاً بالأدب لابد أن نتخلى عن جميع أفكارنا حول الموضوع الذي نقرأ عنه أن نقرأ وكأننا لا نعلم ، أن نقرأ وكأننا نشعر لأول مرة ، أن نقرأ وكأننا برحلة اكتشاف الحياة ، وحين ننتهي من القراءة يمكن لنا أن نستعيد أفكارنا المسبقة ونكتشف إن كنا قد أضفنا شيئا أجمل وأرفع وأنقى لأفكارنا أم أننا أضعنا الوقت والجهد بقراءة ما لا يستحق القراءة . قراءة الأدب لا يجب أن تخضع للنقد خلال القراءة ولكنها تقدم نفسها طواعية للنقد بعد القراءة خصوصا حين يكون هذا الأدب يتحدث عن الواقع.

علاقة الأدب بالسياسة

[illegible]

عالمان متناقضان مختلفان، الأدب بشفافيته وثرائه بالمشاعر الإنسانية، والسياسة بجفافها وفقرها للمشاعر الإنسانية، فهل هما مختلفان حقاً؟ وإن لم يكونا مختلفين فما الذي يجمع بينهما؟ وهل الأدب يؤثر على السياسة أم أن السياسة تؤثر على الأدب؟ [illegible]

للوهلة الأولى قد تبدو هذه التساؤلات لا قيمة حقيقية لها؛ لأن الأدب له عالم والسياسة لها عالم آخر، ولكن حين ندقق النظر ونمعن التفكير نجد أنهما يتبعان لعالم واحد وهو عالم الإنسان، وحين تخطئ السياسة وتعتقد بأنها تتعامل مع المواطن الرقم أو الملف تفقد إنسانيتها وبالتالي تفقد ثقة المواطن بها، وحين يخطئ الأدب ويعتقد أنه جزيرة نائية عن قارة السياسة يتحول لمجرد تعابير وجمل تتحدث عن أي موضوع ولكن هذا الموضوع لن يمس العصب الأساسي لحياة القارئ، فيتحول العمل الأدبي إلى مجرد لوحة فنية مكتوبة ولكنه ليس إيقاظاً للضمير ولا نهضة بالفكر [illegible]

الأدب يتمتع بامتياز التنوع، بينما السياسة تفتقد التنوع إلا بحالة وجود سياسيين مبدعين مجددين وجريئين ليقوموا

على إحداث التغيير . التنوع الأدبي يفرز أدبا ملتزما يتحدث
عن قضايا إنسانية عليا أو أدبا عاطفيا غارقا في المشاعر
وبرغبة كاملة من الكاتب ، أو أدبا تاريخيا يؤرخ أدبيا لأحداث
تاريخية ، لا حصر لأنواع الأدب لأنه جزء من عالم الإبداع
بشموليته ولامحدوديته . ولكن ومع كل هذا التنوع للأدب لا
يزال يؤثر على السياسة، الأدب يجعل القارئ العادي
يكتشف نواحي جديدة في حياته ليس لأنه لا يعرفها ولكن لأنه
يتجاهلها فيأتي الأدب ليوقظ فكره ويلفت نظره لما هو منسي
أو مدفون في واقعه أو ذاته.

أي أن الأدب يملك خاصية تشكيل فكر وشعور القارئ
برغبة وإرادة كاملة من القارئ. أما السياسة فإنها لا تمتلك
خاصية التشكيل هذه، ولكن تمتلك خاصية التطبيق لما تريد
وحتى رغما عن إرادة القارئ أو المواطن ويضطر للخضوع
بدافع البقاء ولكنه وبأعماقه يرفض ما هو قسري لا ينفذ مما
تريده الحكومة منه ولكنه ليس قابلاً لها ، ومن هنا تأتي الأزمات
التي تعصف بالدولة ليكون المواطن أول من يلجأ للفساد ويجعله
وسيلته بمواجهة هذه الدولة التي تجاهلت أفكاره.

لذلك كـان الأدب وبأحـيـان كـثـيـرة يشكل خطرا على السـيـاسـة ، لأنه يؤشر للقارىء على مكامن الخطأ ، يستفز مشاعره ، ويشحذ أفكاره، يمده بالقوة الروحية لكى يقول لا ، فأغلب الثورات والتغييرات الجذرية فى العالم كانت نتيجة أفكار ، مجرد أفكار ولكنها غيرت أمما وبدلت حكاما؛ لهذا لا يجب تسخيف الأدب ، ولا يجب أن تتم كتابته بسطحية ، لأنه بنية أساسية فى تشكيل فكر وسلوك الشعوب ، ولابد لكاتب الأدب أن يكون على دراية واسعة بالسياسة ليس لأجل أن يقوم بعمل الثورات بل لأجل أن يكون واعياً بدروه ، مدركاً أن مسئولية كبيرة تقع على عاتقه ، لأنه يكتب وهناك من يقرأ له ، أما إذا كان يكتب ليضع أوراقه بدرجٍ ما فيمكنه أن يكتب ما يشاء. حين يفكر الكاتب بهذه الصورة تصبح كتابته حتماً جدية ومسئولة ، لأنه يعلم وبعمق بأنه عنصر مؤثر ولايهم عدد من يؤثر بهم ، المهم أن يكون ما يكتبه يترك رنينا وصدى لدى من يقرأ له.

من أشهر الجمل الأدبية لرجل سياسة هى جملة مكونة من كلمتين قالهما مارتن لوثر كينغ فغيرت تاريخ السود بأمريكا : "لدى حلم". ومن الأمثلة على تأثير الأدب على السياسة

كتابات فولتير ومونتيسكيو الذين مرروا أفكارهم المنتقدة لسياسة السلطة عبر المسرح والشعر وكذلك بلزاك و زولا وهيجو. ويمكن للأدب أن يكون مزعجا بل وخطيرا بالنسبة للسياسة لأنه الوسيلة الأولى والأكثر عفوية للتعبير عن إرادة الحرية والتغيير. فئة كبيرة من الكتاب المعروفين كانوا مشغولين بالتحدى الضاغط على السياسة ورواية (قصة مدينتين) لشارلز ديكنز عبرت عن هذا التحدى بين باريس ولندن خلال الثورة الفرنسية . يمكن للكاتب الجاد الملتزم البعيد عن المصالح الذاتية أن يكون بذرة لتغيير طال انتظاره ولكن هذا لا يكون دون ضمير حى متيقظ يهتم بمن حوله أكثر من اهتمامه بقضاياه الذاتية الضيقة. بل إن الأدب كان و لا يزال وسيلة هروب من التعسف والظلم .

ومن ناحية أخرى ، وإن كان الأدب له أثر على السياسة ، فإن الأدب أيضاً كان ولا يزال له عميق الأثر على أصحاب السلطة من ملوك وأمراء وحتى الجنرالات منهم الإمبراطور اليونانى " هادريان" الملقب بالإمبراطور المثقف ونابليون الذى جعل الأدب يخدم أهدافه السياسية ؛ كما أن الأدب بالنسبة لأصحاب السلطة هو فرصة لتخليد أعمالهم وصفاتهم عبر

أطفال الأدبية تلتقي لخالدة حيتي أبعد حياتهم، وهو تطا فيدركه كل
لأجل مسألة، ولا يكفي أن نطلع على العديد الضخم للمؤلفات
الأدبية التي تتناول حياة رجال السلطة من كل الجنسيات
وفي كل العصور والتي لا تزال تلاقي رواجاً كبيراً لندرك
أهمية الأدب بالنسبة إلى السياسي. ...
... ولكن هناك علاقة أخرى وهي الأكثر أهمية بين الأدب
والسياسة وهي تتمثل في تأثير الأدب على فكر وشخصية رجل
السياسة، ويمكن القول أن شخصية رجل السياسة لا يمتلك ثقافة
أدبية متميزة تختلف تماماً عن شخصية رجل السياسة الذي اهتم
بالثقافة أو بالدراسة الأدبية، ونحن نعلم بأن الدراسات العلمية قد
أثبتت أن تذوق الأدب وقراءة الفنون يشحذ القدرات العقلية،
ويمنح العقل أبعاداً فكرية واسعة ويصقل خيال المتلقي، ولا شك
أن الإنسان المثقف يختلف عن الإنسان غير المثقف، وتتسع
الهوة والاختلاف بين هذا وذاك إذا تعلق الأمر برجل السياسة، وانطلاقاً
من هذا الاعتقاد فمن حق مجتمعنا العربي بأن يطالب السياسة أن لا يجب
أن تكون علاقته مقطوعة بالأدب، بل إن الأدب العالمي علاقة بالسياسة
والسياسيين لما تبثه أعمال الأدب من المبادئ والأحوال والمظاهر
والمواقف، ولكن الحقيقة هي أن ابتعاد الأدباء عن المفاهيم

السياسية أفرز لنا عالماً سياسياً جافاً، جشعاً ولا إنسانياً، الهدف لديه يبرر الوسيلة. ولا يمكن لأحد أن ينتقد رجل السياسة بأنه لا يمتلك المعرفة الأدبية الكافية، بل ولا يهتم بالأدب، لأننا نعتقد أن الأدب عالم منفرد بذاته بهذا الوجود، وعالم ليخوض فيه قلة من البشر، ونكاد لا ندرك أن الأدب هو انعكاس للإنسانية على سطور أو حروف الكاتب، وأن الكاتب لا يكتب ما يرى أو يسمع، فكل إنسان يرى ويسمع، ولكن الكاتب يكتب عما يدور في مساحة الفكر والشعور بأبعاد تتجاوز حدود حواس الإنسان العادي. لذلك أدعو أن يكون رجل السياسة رجلاً أديباً أيضاً، فإنه يكون من عظماء رجال السياسة، وتدخل مقولاته التاريخ، ويكون من رجال الأدب والسياسة بنفس الوقت، لما لديه من اطلاع إنساني استوعب المفاهيم السياسية ومزجها بالمفاهيم الأدبية ليكون أكثر فهماً، أكثر تعاطفاً، أكثر إبداعاً لكل ما يدور من حوله. يقول إليانور روزفلت: "أحياناً أتساءل، إذا كنا سوف ننضج في سياساتنا بأن نقول أشياء محددة لتعني شيئاً حقيقياً، أم أننا سوف نستعمل دائماً عموميات يرضى بها الجميع والتي - وفي الحقيقة - لا تعني سوى القليل". هذه المقولة البسيطة

تلخص صدق رجل سياسة مع ذاته وأنه انطلق من شعور إنسانى أدبى بعدم الرضا عن المراوغة وعدم الصدق فى السياسة . ويقول ديفيد إيزنهاور : " الشعب الذى يقدر امتيازاته فوق مبادئه ينتهى بأن يخسرهما معاً". وهى مقولة يمكنها أن تكون أدبية أو سياسية وبعمق إنسانى وأخلاقى واضح . إن تقليص مساحة الأدب فى السياسة خصوصاً فى الزمن المعاصر ، أنتج نوعا آخر من السياسة ، سواء فى الغرب أو فى المجتمع العربى ، انتج شخصيات لا تهمها سوى مصالحها الخاصة ، وحتى لو اهتمت لمصلحة بلدها فهو اهتمام شديد الأنانية والمادية والنفعية تزول أمامه كل الاعتبارات الإنسانية وهو أخطر ما تقدمه السياسة فى زمننا المعاصر، أصبح رجل السياسة شخصية تُثير الخوف والقلق لأنها مجردة من نظرتها الإنسانية للأمور . الأدب ليس مجرد صور بلاغية أو روايات ممتعة ، إنه أحد الأدوات المهمة لتطوير الحس الإنسانى سواء على الصعيد الفردى أو الجماعى ، حتى أن السياسة تتقلص مساحتها أمام امتداد إنسانية الأدب وتتحول لموضوع من مواضيعه ، أما الأدب فلن يكون أبداً ضمن برنامج شخصية سياسية ترشح نفسها

لمركز ما ، ولكنه سيكون حتماً حاضراً بنظرة الناخبين له ، لأنهم ينتخبون صفاته الإنسانية لا مكتسباته المادية.

وأخيراً، هل أفقدتنا التكنولوجيا متعة تذوق النص الأدبى، واكتشافنا لمشاعر أخرى بذواتنا وبعلاقتنا مع الآخرين عبر نصوص أدبية تنساب مثل القطع الحريرية فى الفكر والروح ؟ الأدب هو اكتشاف لجمال آخر للذات البشرية ، إنه مواجهة الحقيقة بإشراقها ولو كانت مؤلمة ؛ وبذات الوقت فإن جمال الأدب يجعل ألم الحقيقة رقيقاً جذاباً بل ومرغوباً لما به من صقل للنفس ولأنه وسيلة للتواصل مع الروح الصامتة لكل منا .

الأدب بالنسبة للسياسة لا يجب أن يكون خيارا بل هو ضرورة ، لأنه مرشد السياسة نحو الإنسانية والرحمة والتعاطف ، هذا إذا كان هدف السياسة الأول هو مساعدة الناس والارتقاء بهم ، أما إن كان هدفها هو الانتفاع بما لديهم فهى ليست سياسة بل انتهازية متجردة من الإنسانية والحضارة ، أفضل دليل على ذلك هو اندثار ذكر كل من استعمل السياسة لمصالحه الخاصة ، ليس فقط اندثاره بل

يصبح تاريخه شاهداً عليه لا مجال له من محيص منه ، له

قد تتلخص أهمية الأدب والثقافة بمواجهة عالم جميع منها الإرث
الحضارة بهذه المقولة للكاتبة المناضلة الأفريقية بغابرا
تومشمانزين ...
الكتب ؟ ... بدون الكتب يصبح
التاريخ صامتاً ... العلم عاجزاً وتطور الإنسانية
... الكتب هي أدوات التغيير ، هم الرفاق
... هم خزائن كنوز العقول ، الكتب هي
الإنسانية جمعاء ...
نه .

الأدب بالنسبة للسياسة لا يجب أن يكون شيئاً خسيساً بل هو
موضوعية ، لأنه من شأن السياسة عن الإنسانية والحرية
والتعاطف . إنه إذا كان هدف السياسة الأولى هو سعادة
الناس والإقناع بهم ، أما إن كان هدفها هو الاتفاق في ما
الجميع في أسس سياسة بل انتهازية متحيزة من الإنسانية
والخلاصة ، فأفضل دليل على ذلك هو اتخاذ كل من
استعمال السياسة طريقة الخلاصة ، أي فقط الشيء لب

بروتوكول الكاتب والقارئ

هذه المعادلة التي يتكون طرفاها من كاتب وقارئ،
هل يمكن لها أن تفترق، أم أنها علاقة محكوم عليها بالنجاح
الدائم والأبدي؟ هل هي علاقة إذعان بالنسبة للقارئ، وعلاقة
تسلط بالنسبة للكاتب يفرض بها أفكاره وتصوراته بل
ومشاعره أحيانا؟ هل هي علاقة خضوع للكاتب، أم هي
علاقة تنافس بين الكاتب والقارئ بجميع الأبعاد
والمسافات؟ هل يكتب الكاتب إرضاءً للقارئ، أم يكتب إرضاءً
لضميره وللحق؟ وهل ما هو حق بالنسبة للكاتب لابد أن
يكون حقا بالنسبة للقارئ؟ هل يعترف الكاتب بأن القارئ
ليس أقل منه بل قد يتجاوزه في التفكير، وأن يعترف
للقارئ بأن الكاتب هو من استطاع تشكيل الأفكار عبر
الكلمات وأتاح له بأن يرى أفكاره على السطور ومكنه من
إيجاد متنفس لها عبر وصف الشعور [illegible]
[illegible] لا تخضع لهذه العلاقة بل علاقة خاصة [illegible]
[illegible] يكتبه الكاتب في
[illegible] القارئ [illegible] وأن يلتزم [illegible]
[illegible] الأخلاق [illegible] أو بالانفتاح.

ولكن هذه العلاقة على شىء من التعقيد لأنها تمس الجانب الفكرى والشعورى لدى كل من الكاتب والقارىء ، فالكاتب حين يكتب يكتب عما يفكر به، والقاريء حين يقرأ يبحث من خلال الكلمات عما يتطابق مع ما يفكر به ، وكلما كان مستوى قبول القاريء لما يكتبه الكاتب حتى ولو لم يعجبه مستوى راقٍ ومتقبلا للاختلاف فى وجهات النظر، كلما كان الحوار الفكرى بينهما حوارا حضاريا ولابد أن يؤدى لنتيجة إيجابية سواء فى الاختلاف أوفى الاتفاق.

فى السابق وقبل التطور التكنولوجى الذى نحياه حالياً ، كان الكاتب يكتب مقالاته دون أن يتمكن من قراءة ردود أفعال القراء بصورة فورية وسريعة ، ولم تكن مقالات الكاتب فى متناول يد القاريء بأى وقت من الليل أو النهار ، ولكننا حالياً نواجه واقعا جديدا وهو أن كل ما يكتبه الكاتب يقرأه فوراً القاريء ، وأصبح القارىء العربى قارئا أكثر ذكاءً وخبرةً بأمور كثيرة فلم يعد الكاتب من ينقل له المعلومة بل أصبح الكاتب يحلل المعلومة أو ينقلها لمنطقة الفكر والشعور. مهما كان ما يكتبه الكاتب ضحلاً أو سطحياً أو يخالف رأى القارىء ، فهناك بوتوكولات أساسية لهذه العلاقة ، وأول بنود

هذا البروتوكول هو الاحترام ثم الاحترام . حين لا يحب القاريء ما يكتبه الكاتب لا يحق له أن يتوجه بكلمات تجريح لشخص الكاتب ، لأن الكاتب يكتب عن مواضيع عامة لذا لابد للقاريء أن يجيب بحدود هذه الأطر العامة، ولا ينتقل مما هو عام إلى ما هو شخصى ولا علاقة له بالموضوع . البروتوكول الثانى هو أن الكاتب حين يكتب ومهما كان مستوى ما يكتبه قد منح من وقته وتفكيره وجهده ليقدم أفضل ما لديه ، ولا يسمح لنفسه بإهانة القارى فلابد أن يحمل التقدير للقارىء ، فهل يمكن للقارىء أن يلتزم ببند التقدير مهما كتب الكاتب حتى ولو اختلف معه فى الرأى ، حتى ولو كان مستوى ثقافة الكاتب أقل من مستوى ثقافة القاريء ، التقدير لا يكون لمستوى ما يُكتب ولكن لأنه تمت هذه الكتابة وتم تقديمها بصورة لائقة . أما أن يختلف القاريء والكاتب فهذا شيء بديهى بل هو شيء صحى ومؤشر على الحيوية الفكرية للمجتمع .

حين تختل علاقة الاحترام ما بين طرفى هذه المعادلة ، لن يرغب الكاتب بالكتابة أو بتقديم أفضل ما لديه ، ولن يرضى القاريء عن نفسه بعد أن ينتهى من كتابة كلمات فظة لا علاقة

لها بالموضوع لأنه لم يعبر عن نفسه بصورة لائقة، وحين يقرأ
ما كتب مرة أخرى لن يجد كلماته التي كتبها بل سوف يعمد
إلى تغيير الصفحة لأنه وببساطة يعلم أن هذا ليس حوارا بل
إسقاطا للحوار، ...
... ينوه بروتوكول الكاتب والقارئ على أن يمنح الكاتب
أفكاره وأن ينظر بفضول علمي ونفسي لأفكار القارئ، لأن
ما يقوله القارئ يكون في أحيان كثيرة ... إثراء
فكري ونفسي للكاتب ... حالة واحدة تختل بها معادلة
القارئ والكاتب وهي أن يعتقد الكاتب أن رأيه هو الأفضل
وهو الصواب وأن يعتقد القارئ أن الكاتب إن لم يكتب كما
يرغب يثير لديه مشاعر عدائية فكرية، وحين تختل هذه
المعادلة يضعف الإبداع لدى طرفيها، بل قد تتلاشى هذه
المعادلة، لأنها ليست معادلة لمواد كيميائية تتفاعل وتعطي
نتيجة مادية بل معادلة لمشاعر وأفكار غير ملموسة ولكنها
محسوسة، وتتأثر بشكل عميق من العدائية وعدم الاحترام أو
عدم التعبير بشكل لائق عما لم يعجبنا مما كتبه الكاتب.
ومن بنود هذا البروتوكول هو أن الكاتب ليس حاملا
للحكمة ولكنه حامل للأفكار، وربما يكون القارئ هو صاحب ...

[illegible] ولكنه لا يستطيع التعبير عنها ولكنه [illegible] هذه
[illegible] الكاتب فيما يكتب [illegible] الكاتب أن
[illegible] أن [illegible] العميق [illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

هذا البروتوكول يشمل أن يدرك القارئ أن الكاتب [illegible]
[illegible] وأنه [illegible] وراء
الحقيقة ، إن كان الكاتب يكتب لأجل أن [illegible] أكثر
[illegible] القارئ [illegible] أن تصل رسالته للقارئ ،
لأن القارئ يدرك ويعمق [illegible] إن كان الكاتب يكتب لأجل الرفعة
أو الشهرة [illegible] لأجل الحقيقة ولأجل [illegible] الأدب والفكر ، حين
يكون الكاتب ساعيا وراء الحقيقة ، مقدرا لمشاعر القارئ ،
متلمسا لمعاناته لا يترفع على عدم معرفته أو عدم قدرته على
التعبير ، سوف تقول كلماته ذلك للقارىء دون أن تكون تعابير
واضحة ، فهناك لغة واضحة مكتوبة للمقال وحول موضوع
المقال ، وهناك لغة صامتة دفينة روحية بين القارىء والكاتب
يشعر من خلالها القارىء بأن له قيمة حقيقية لدى الكاتب .

إنه بروتوكول صامت ، ضمنى ، غير مكتوب ولكنه معلق على صفحة كل مقال ، بل على كل سطر يكتبه الكاتب ويقرأه القاريء وأجمل بنود هذا المقال هو المحبة بين الكاتب والقاريء وإن اختلفا فى الرأى . وأخيراً فإن كل ما يكتبه الكاتب قد يراه مهما ولكن ما يمنح البريق والإشراق لما يكتبه هو القاريء الذى يقرأ له وخصوصاً القاريء الذى منحه وقته واهتمامه وتعليقه .

أيضاً . هذه العلاقة من أجمل العلاقات الإنسانية لأنها مبنية على الفكر وتبادل الشعور الصامت دون هدف ودون مصلحة ، حتى إن أكبر الخلافات البشرية يتم حلها بسهولة أكبر حين توجه رسالة لمن غضبنا منه أو لمن يغضب منا . فكما لا يمكن أن تكون الورقة بلا قلم لا يمكن للكاتب أن يستمر دون القاريء ، ولايمكن للقراءة أن تتألق دون كاتب يكتب بمحبة وقاريء يقرأ بسعة أفق .

تأثير القضية الفلسطينية على الأدب

لم يؤثر تطور القضية الفلسطينية على الأدب فقط بل أثر على تفاصيل حياة أى فلسطينى داخل فلسطين أو خارجها ، لأن القضية الفلسطينية قضية لها أبعاد خاصة تختلف عن أى قضية أخرى، جميع أنواع المعاناة على الأرض تخف حدتها كلما مر الزمن ولكن القضية الفلسطينية تزداد حدتها كلما مر الزمن ، بل تنشأ عن هذه المعاناة مئات الأنواع من المعاناة في كل سنة وبكل عصر ، وهى معاناة تتغير ، تتبدل، تتجدد ولكنها تبقى عميقة متجذرة لها أبعاد وجذور ونتائج، وجميع هذه العناصر تتراكم فى الأدب الفلسطينى لأنه صورة عن الواقع وأيضاً وسيلة للتخفيف من حدة هذه المعاناة . القضية الفلسطينية شكلت وبجزء كبير مسيرة الحركة الأدبية العربية بشكل عام والفلسطينية الخاصة بى بشكل خاص ، فلا يستطيع أى كاتب فلسطينى أن يكتب دون أن تتراءى له فلسطين عبر السطور، ولكنه قد يُبعدها عن تفكيره لكى يستطيع التركيز بما يكتب، أو أن يكتب بشكل واضح عن معاناته، ولكن القضية الفلسطينية توجد فى أفكار وشعور بل ودماء كل كاتب فلسطينى ، لأنها ليست قضية مكان بل قضية

جذور وهوية وأجيال وتاريخ [illegible] تشكل القضية

الفلسطينية [illegible] ولكنهم لذات

الوقت لا يعلمون أن هذه الجذور [illegible] أي أنهم النبات

الوحيد على هذه الأرض الذي يستطيع أن يحيا دون جذوره

لأنه ببساطة يحمل هذه الجذور ليس في الأرض فقط بل في

الروح والعقل والنفس وفي كل أسباب الوجود ، لهذا كان

الشعب الفلسطيني من أكثر الشعوب صمودًا وسيبقى لأن

الوطن بالنسبة له ليس أرضًا فقط بل كل جزء من الوجود

ومن ضمنه الأدب أيضًا.

ولكن لا يجوز أن يقتصر الإبداع الأدبي الفلسطيني على واقع القضية الفلسطينية وإلا فقدت الهوية الأدبية الفلسطينية، لابد من إحداث فرق بين أدب القضية الفلسطينية وبين الأدب الفلسطيني ، لأن الاحتلال الصهيوني ومن ضمن أهدافه ألا يوجد أي أديب فلسطيني ، والأدب المقاومة يعرفه تمامًا وقد هيئ العالم الغربي له بأنه أدب متكرر وبمفاهيم الضحية وقد جهدت الصحافة الغربية مع اللوبي الصهيوني على [illegible] الأدب

الفلسطيني بمفهومه الشامل والإنساني أصبح يقدر أهمية أدب القضية الفلسطينية ، ولا يجب تقليص مساحة هذا الأدب لأنه أكثر قرباً وتأثيراً على الشعوب الأخرى ، ومن ناحية أخرى هو أحد وسائل الحفاظ على الهوية الفلسطينية ، التي لا تقتصر على هوية المحتل أو هوية المقاوم ، ففلسطين أيضاً نمط حياة ، ثقافة ، فكر ، طموح ، حلم ، هدف ، وألوان متعددة لثقافة واحدة ، من الخطر حصر الأدب الفلسطيني في القضية الفلسطينية رغم أهميتها الأولى ولكن لابد من إعادة إحياء الأدب الفلسطيني الحياتي والثقافي والفكري والنفسي .

إن أحد أهم أهداف الاحتلال الصهيوني هو طمس هذه الثقافة، فهو قد حصن نفسه محلياً ودولياً ضد أدب المقاومة ، ولكنه لن يستطيع ولا بأي شكل من الأشكال أن يحصن نفسه ضد الأدب الفلسطيني بمفهومه الإنساني ، والذي يتوجه به الشعب الفلسطيني إلى كل دول العالم بمختلف الثقافات والتوجهات ، لأن الأدب الفلسطيني ، هو نبض الشعب [illegible] تسمو ناحية أخلاقنا ، رغم المأساة التي يحياها الشعب الفلسطيني إلا أننا هذه المأساة أعادت تشكيله بصورة عميقة

وبصورة تمتد عبر عصور متعددة ، لقد صبغت الإنسان الفلسطيني بصبغة الجدية والهدف والاصرار ، ويبدو أن الأدب أيضاً قد تأثر بهذه الصفات ، فهو أدب جاد ، له هدف وبه إرادة وتصميم على الحرية حتى ولو كان الواقع مكبلا بالقيود ومسجونا فى زنازين الاحتلال ، لقد رسم الأدب الفلسطينى طيور الحرية وسماء الأمل عبر الروايات والقصص القصيرة قبل أن يراها على أرض الواقع ، أدب القضية الفلسطينية هو الأدب الوحيد على الأرض الذى حرر شعبه من الاحتلال وجعله يحيا حر الفكر والشعور والعواطف لذلك يبدو أنه شعب لا يُهزم لأنه يستمد قوته من كلمات بسيطة ، من جمل عفوية وحتى من نسمة هواء آتية من الضفة الأخرى.

لابد أن ننظر لأدب القضية الفلسطينية بأنه سلاح مقاومة وليس مجرد عرض صور ، لابد من العناية به ومن تبنى مبدعيه بل والبحث عنهم ، لأن الأدب الفلسطينى له مهمة المقاومة والدفاع والصمود ، لم يتبق لنا الكثير من الأسلحة ولكن سيتبقى لنا دائماً الكثير من الكلمات التى تنسج الحلم ،

وتحلق نحو الحرية ، ترحل مع خيوط الشمس مهما طالت ظلمة الليل . لابد لكل أديب فلسطينى أن يكون على يقين بأنه أديب لأى واقع إنسانى يكتب عنه ، ولكنه أيضاً جزء من قضية لا تنام ولا تستسلم ولا تعرف الراحة ، جزء من قضية تزداد أبعادها حدة وألما مع مرور السنوات ولابد أن يكتب بمقدار جدية هذا الألم وبمقدار عمق هذه المعاناة وبمقدار الظمأ لتحقيق حلم من ماتوا ومن لا يزالون أحياء ، إنه أدب الرسالة ، والأمانة ، والصدق ، والدفاع عن الإيمان والأرض والشرف أمام عدو انتهك كل معانى الإنسانية والأخلاق والضمير، لهذا تبدو مهمة الأديب الفلسطينى مختلفة عن كل الأدباء لأنها مهمة جادة ، مؤلمة وخالدة.

نموذج لتأثر الروح الفلسطينية بمعاناتها التاريخية والوطنية الإنسانية :

ضباب لندن وزهر البرتقال

فى ضباب لندن البارد

أسير وحدي

يحرق الضباب سعادتى

وتدوس الأقدام على رمادها
والرياح الباردة تحملها هناك
إلى فلسطين
أعود لبيتى فى لندن
بيتى غرفة وحمام
وبيتى في فلسطين
الأرض والسماء
أفتح حقيبتى الصغيرة
وأقرأ الرسالة الأخيرة
ابنتى الحبيبة عودى
أزهار البرتقال تبحث عنك
لا تتحولى لقطعة من ضباب
عودى لأرضك وجبالك ورمالك
بأى حق أبعدوك؟
بأى حق اقتلعوك؟
أقرأ الرسالة وأبكي
وتسقط دموعى الساخنة
فى ضباب لندن الباردة
ولا أعود...

مقالات

مقالات حول إنسانية تكاد تنسحب من وجودنا وبانسحابها نتحول لمخلوقات أخرى تتعرف على قسوة بعضها البعض

عوالم داخلية...عالمٌ خارجي

مثلما هناك صوت في العالم الخارجي هناك صوت في عوالم الإنسان الداخلية، بل أصوات أكثر تنوعا من أصوات العالم الخارجي ، صوت خارجي يقول تراجَع ، لا تستطيع ، وصوت ضعيف وخافت من أعماق النفس يقول : حاول ربما تستطيع ، والأشد إصغاءً لذاته سوف يستمع للصوت الخافت الضعيف ، لأنه هناك في أعماق الضعف والهزيمة قد تنبت بذور الانتصار القادم ، ولكن الأصوات الخارجية تبدو دائمة صاخبة رنانة ويكاد يملأ صداها الأرض والسماء ولكنها ورغم سطوتها وقوتها تبدو ضعيفة وهشة ، فتأخذ قوتها من ضعف من يتلقاها .

هناك في العالم الخارجي ، يوجد دائماً عدوٌ ما ينتصر وتتمدد مساحته لحد خنق الآخر ، وبقدر ضعف ذلك الآخر يتضاعف حجم العدو ، ليس لقوته ولكن لأنه زرع الخوف في الذات الضعيفة ، ولكن في العوالم الداخلية للذات البشرية هناك دائماً منفذ وملجأ وطريق هروب أو معركة مواجهة تقضي على الظلم أو تقضي على الضحية لأنه في العوالم

الداخلية لا وجود للظلم فإما العدل وإما الموت ، فقط فى العالم الخارجى يحيا الظلم والحياة بتمازج مر وسقيم ولكنه يستمر لسنوات وقد يستمر للعمر كله دون أن تلجأ الضحية لعوالمها الداخلية ودون أن تموت .

هناك فى العوالم الداخلية يتم استقبال الحياة بشكل مختلف تماماً عن العالم الخارجى ، ما نراه فى العالم الخارجى ليس سوى صور تتكرر كل يوم ، وجوه نراها كل يوم ووجوه نراها لأول مرة ، أشياء كثيرة تحيط بنا ، قد نحتاجها وقد لا نحتاجها ولكنها موجودة ، وقد نتصارع لأجلها حتى ولو كانت كمالية ولا قيمة حقيقية لها بجانب قيمة الحياة، أما فى عوالم الإنسان الحقيقى الداخلية ، فلكل شىء مكان وقيمة وقد لا يكون لأى شىء مادى مكان أو قيمة، لأنها عوالم روحية شفافة ترى العالم من خلال ستائر النور فلا تتمكن من الرؤية إلا بوجود النور ، وحين يختفى نور الروح يغرق الوجود كله فى الظلام ، عوالم الإنسان الحقيقى الداخلية لا يمكن إلا أن تكون مضيئة شفافة ناصعة البياض وإلا تحولت إلى صورة عن العالم الخارجى ، فتفقد خصوصية الصمت وتفقد ميزة الصدق وينسحب صوتها

الخافت ، ليحل محله كل أصوات العالم الخارجى بضجيجه ونفاقه ومراءاته وعدائيته وبأثره الواهن على الروح والعقل.

فمن منا لديه عوالم داخلية ؟ بل من منا استطاع أن يعثر على عوالمه الداخلية الدفينة والمختبئة فى زوايا نفسه وروحه وعقله تماماً كمتاهة تاريخية لا يمكن أن يدخلها ويجد طريقه بها دون خارطة العقل والتفكير والتعمق الدفين بالنفس والروح ؟ من منا استطاع أن ينسحب من العالم الخارجى وأن يذهب برحلة بعيدة وطويلة فى عوالمه الداخلية ، هناك حيث الصفاء والنقاء والبهجة الصامتة ، هناك حيث يستعيد روابطه مع الله الخالق الواحد الأحد، برحلة السكون والهدوء، برحلة عدم البحث عن منفعة ما أو محاولة إيجاد غاية ما ، فقط هو وما يشعر وما يفكر وارتباطه بالله تعالى هناك بعيداً عن كل الأصوات والنظرات والكلمات فى عوالم روحية تخبره بكل الكلمات دون ضجيج ، تمنحه كل المشاعر دون مقابل ، تقول له الحقيقة دون ثمن ، هناك حيث يتعلم أن يقبل الحقيقة لأنها حقيقة دون ألم ودون توقعات ، هناك حيث يتعلم وفى كل يوم حقيقة الوجود وبأنه ليس سوى عابر سبيل بهذه الحياة لا يلبث إلا أن يرحل. هناك حيث يدرك ويفهم ويعقل بأن هذا

الكون ، كل ما به ليس سوى جرم فى ملكوت الله تعالى ، هناك حيث يُردم الحقد ، ويُدفن الأسى ويُنعى الألم ، لأنه فى عوالم الإنسان الحقيقية الداخلية لا يوجد ألم، لأنها لا تحيا إلا بأنوار الله الخالق، ولا تستمر إلا بذلك النور الشفاف للروح ، فهى عوالم لا تستمد عناصر وجودها من العالم الخارجي بل تستمدها من ذاتها ومن الحقيقة الإيمانية بأن الحقيقة الأولى والأخيرة هى وجود الله تعالى، وأن من يريد أن يعثر على النور بهذا الكون لن يجده بضوء الشمس ولا بنور القمر بل عميقاً فى عوالمه الداخلية .

مهما بلغ عمق الأسى والحزن فى العالم الخارجى ، تُضَمد العوالم الداخلية للإنسان الحقيقى ، يذهب إليها كل يوم لترى ألمه وتضمد جراحه وتهمس له من جديد ، غدا يوم أفضل ، وأمس كان جميلا رغم الألم ، ومن الجميل أن تعرف الحقيقة ولو كانت مرة فلا أشد مرارة من الحياة بالوهم . العوالم الداخلية فقط ترشد الإنسان لطريقه فى الحياة وبدونها يبدو تائهاً فى متاهة العالم الخارجى رغم محدوديته .

رحلة البحث عن العوالم الداخلية ليست سهلة ، لأنها تتطلب وقبل كل شيء الانسلاخ عن العالم الخارجى وإصغاء

السمع للنداء الخافت الذى يقود الإنسان لذاته الدفينة . الشعور والإحساس والشفافية تعابير قد نعتبرها جزءا من عالم الضعف الإنسانى ولا ندرك أنها أقوى ما فى الوجود الإنسانى لأنها بوصلة الإنسان نحو عوالمه الداخلية وبقدر تجاهله لها وإخماده لصوتها بقدر ابتعاده عن عوالمه الداخلية وانجرافه فى العالم الخارجى . عوالم الإنسان الداخلية ليست سوى واحته الظليلة فى صيف قائظ ، وجزيرته النائية نحو السلام الداخلى حين تجتاح الحروب النفس والعقل ، وهى نسمة العطف تجاه كل ما فى الوجود وقبل كل شيء تجاه ذاته البشرية.

حين يتحول الوجود إلى ورقة وقلم...

إلى أين يمكن أن يصل إبداع الكاتب ؟ أين ومتى يتحول وجوده إلى ورقة وقلم؟

هل توجد قمة للإبداع أم أن الإبداع يبقى إبداعا بكل حالاته وجميع مستوياته؟

الإبداع يبقى إبداعا بجميع حالاته ومستوياته ، ولكن قمة الإبداع تكون حين يتحول الوجود إلى ورقة وقلم بالنسبة للكاتب .

حين يصل الكاتب لهذا المستوى من التمازج بين الفكر والشعور والمنطق والتمكن من أدوات لغته يمكنه بسهولة أن ينسلخ عن الواقع ، ليس بمعنى الإغراق بالخيال بل بمعنى الوصول إلى مستوى من المعرفة الإنسانية لذاته ، ولا يمكنه معرفة إنسانية الآخر دون أن يتوصل لمعرفته لذاته ، ولا يتم ذلك له إلا بعمق التفكر وشمول المعرفة والإدراك الحقيقى والمجرد ، بأن الإبداع لا يكون عبر الآخرين بل هو عملية ذاتية داخلية تنشأ وتنمو وتتطور إلى أن تتخذ شكلها النهائى، ولكن من يدرك قيمتها وحقيقتها هو الآخر ، لأن كلا منا بحاجة لرؤية الإبداع ، بحاجة لقراءة الإبداع لأنه الوسيلة

الوحيدة للخروج عما هو مكرر ومألوف وروتينى ، حتى ولو لم نحب ذلك الإبداع فمجرد اختلافه وتجديده يجعل دماء جديدة تسرى بعروق المعرفة .

حين يتحول الوجود إلى ورقة وقلم يمكن للكاتب وبسهولة أن يستغنى عن وجود الآخر بحياته ، لأنه وجد عوالم أخرى تناقشه ، تحاوره ، تمنحه الصور والكلمات وموسيقى الحروف ، وحين يشعر بفراغٍ ما يعتريه يعود من جديد للعالم الواقعى ليرصد ويشعر ويرى ثم يتفاعل ، فهو فى حالة سفرٍ دائم عبر العالم من حوله وعبر العوالم الكامنة بداخله ، يتنقل بين أعماقه والعالم الخارجى ، وبمقدار إدراكه لحدود عالمه وإدراكه لحاجته للعالم الخارجى بمقدار تفاعله مع كل عناصر الوجود ومن ثم يخط إبداعه على سطور .

ولكن أقصى وأبعد حدود الإبداع ليس ما تم كتابته ، بل ما سوف تتم كتابته ، لأنه بمجرد أن يتنهى الكاتب من روايته أو كتابه تنطفيء جذوة الإبداع ويتحول العمل بين يديه إلى موضوع نقد أو إعجاب أو حتى نفور ، أى أن العملية الإبداعية تصل الذروة حين يخط الكاتب كلماته دون أن يسأل نفسه لمن يكتب ؟ يمكنه أن يسأل نفسه لماذا يكتب ولكنه لا

يجب أبداً أن يتساءل لمن يكتب ، فحقيقة إبداعه تكمن بدايةً بأنه يكتب لذاته ، لجمال الكلمات ، ولوصف الشعور وللتعبير عن الفكر ، ثم يتنحى قليلاً عما يكتب ليترك المجال للقاريء . وبمقدار إبحاره بأعماق الفكر والشعور ينسى وجود القاريء، لذلك وحين يقرأ القاريء لكاتب أبحر بعيداً في الفكر والشعور يشعر بأنه سافر معه لتلك الرحلة الروحية غير المرئية ، وحين ينتهى القارىء من القراءة يشعر بأنه بحاجة لأن يعود إلى الواقع ، تماماً كمن سافر لعدة أيام ثم عاد إلى بيته .

الإبداع الحقيقى ليس سوى رحلة ، وتُقدر روعة الرحلة بمقدار اصطحاب الكاتب القاريء معه بتلك الرحلة الطويلة أو القصيرة ، المهم هو أن ينتزع القاريء من عالمه الواقعى عبر الفكر والشعور والوصف وقبل كل شيء الشفافية الإنسانية التى تُعيد للقاريء عطشه لإنسانيته ولحاجته لمن يذكره بأننا لا نزال نحتاج للمشاعر، وأننا بشر مهما كبرنا ، مهما أصبحنا أقوياء سواء بمفهوم الظلم أو مفهوم العدل.

الإبداع رحلة الروح نحو السكينة عبر الجمال ، وهو إيجاد عوالم أخرى فى عالم واحد ضيق ومحدود ، وهو

الإبحـار فى ملكوت الله تعـالى لما لا نرى ولا نلمس ، الإبداع هو أقوى شـعـور إيمانـى لأى إنســان ، لأنه رحلـة للنفس فـى عوالم مختلفة متنوعة حرة طليقة.

لذلك يتحـول الوجـود كل الوجـود إلى ورقـة وقلم بالنسـبـة لكاتب لم يعـد يحـتـاج لتبـادل الحديث مـع الآخـرين ، لم يعـد يحـتـاج للبـحث عن الأفكار ، لم يعد يحـتـاج لكلمـات الإطراء ، لأنه يكتب وبكل بساطة عن إنسانيتـه ، عن حبـه ، عن ضعفـه وعن انتظاره لرحيل لابد أن يأتى مهما طالت رحلة الإبداع أو حتى الافتقار للإبداع.

وحين يتحـول الوجود بالنسبة للكاتب إلى ورقـة وقلم تصبح كـينونتـه مـجـرد فكرة أو شـعـور يخطه القلم على الورق الصامت.

أجمل ما بك إنسانيتك...

ليـسـت الملابس ولا المجـوهرات ولا القـصــور ، بل تلك الإنسانية البسيطة الرقيقة والحنونة ، ذلك الصدق والشفافية وجمال الروح وحب بلا شروط وبلا مقابل وجميعها صفات بلا صوت بلا صخب ولكن لها رنين فى الروح وتألق فى النفس . وحين يغادر أى منا هذه الحياة لا يتحدث من تركهم خلفه عما كان يرتدى وما كان يمتلك بل عما كان هو بإنسانيته وبذاته الحقيقية ، هل كان إنسانا أو مجرد كائن حى؟

ان تكون إنسانا يعنى أن يكون لديك ذلك الهدوء الداخلى العميق تجاه كل ما حولك ، أن تدرك وبحكمة عميقة بأنك لا تمتلك شيئاً بهذه الحياة وأنك لن تأخذ منها سوى كلمة طيبة أو عمل صالح وضمير خالٍ من أثقال الخوف والندم والخوف.

أن تكون إنسانا ، هو ألا تجعل لحبك دائماً وأبداً ثمنا ومقابلا ، ألا تكون مشاعرك سلعة خاضعة للعرض والطلب ، وألا تكون مشاعر الآخرين مجرد صفقة معرضة للربح والخسارة ، وأن تعلم بيقين أن مشاعر الآخرين ليست أقل قيمة من ممتلكاتهم المادية ، فنحن نوبخ أنفسنا حين نتعدى

على حقوق الآخرين المادية ولكننا نتجاهل تعدينا على مشاعرهم بالتجاهل والاستخفاف والاستهزاء والاحتقار والنميمة والحقد.

أن تكون إنسانا ، هو أن تكون ذاتك ببساطتها دون تكلف ودون محاولات حثيثة لإرضاء من حولك ، أن تكون أنت كما ترغب وكما تريد بما أمر الله تعالى بأن يكون الإنسان عليه من استقامة ووفاء وصدق وكرم وإيثار للغير.

أن تكون إنسانا لا يعنى أن تكون متفوقاً ولا ذكياً ولا ثرياً بل يكفى منك أن تستمع لمن يتألم ، أن تزور من يمرض أن تسامح من أساء وإن لم تستطع أن تسامح فلتتجاهل ، أن يكون هناك جزء صغير من روحك طيب وحنون ومتواضع لكل المخلوقات وليس للبشر فقط .

أن تكون إنسانا ، هو ألا تعتقد بأنك ستحيا للأبد، وأنك ستكون قويا للأبد ، لابد أن تشعر بضعفك فى كل يوم ، وأن تدرك وبكل يوم بأنك لست سوى ما أراده الله تعالى لك ، وما تبقى هو محاولاتك لتبقى على قيد الحياة .

أن تكون إنسانا ، هو أن ترى عظمة الوجود بذاتك ، وأن ترى ضآلة حجمك أمام الوجود ، وأنك لست سوى برحلة البقاء إلى أن تصل لمحطة الرحيل.

أن تكون إنسانا هو ألا تأسى على الشباب الذى يمضى ، ولا على شيخوخة أنت ، لأن الوجود كل الوجود ليس سوى رحلة نحو شيخوخةٍ ما .

وأخيراً ، أن تكون إنسانا هو أن تعلم وبكل ذرة من ذاتك بأنك عشت لأجل أن تحب ولأجل أن تكون محبوبا مهما كان حجم ممتلكاتك ، مهما كان عدد أموالك ، أن تولد وتحيا مع ذلك الحب لذاتك وللآخر وللوجود كله وقبل كل شيء لله تعالى خالق الكون وحين يكتمل ذلك الحب ، سوف تعثر من جديد على إنسانيتك.

عندما لا أكون ذاتى...

هل المرأة هى تلك الصورة الجميلة المعروضة فى المجلات النسائية؟ هل المرأة تلك الفتاة الجذابة التى تلفت الأنظار ؟ هل المرأة موضوع إثارة متواصل ومسترسل على مدار العصور والأفكار؟ هل المرأة هى ذاتها أم هى ما أراده الرجل لها وصدقته هى بكل إرادتها ورغبتها؟

المرأة هى ذلك الجزء الآخر من الإنسانية بمعاناتها ، بوحدتها وبخوفها من الحياة ومن ضعفها. المرأة هى ذلك الجزء الآخر من الحياة بجمالها وشقائها وبكونها بأحيان كثيرة حاملة مسئولية حياة بأكملها خارج بيتها وداخل بيتها. المرأة هى ذلك المخلوق الذى تلتفت له الأبصار بشبابها والذى يُترك خلف القافلة بشيخوختها . المرأة هى ذلك الوجة الآخر للحياة الذى تُحييه كلمة حنونة وتقتله كلمة جافة وقاسية : وقد تكون سبب كل المعاناة وسبب أى دمار .

أى أنها ليست ما صورته لها المجلات النسائية والروايات، وفى زمننا المعاصر تدرك أنها لم تعد مجرد صورة جميلة وأنها لابد أن تكون أكثر من صورة جميلة ، ولكنها ورغم

إدراكها لذلك ورغم ادعاء المجتمع بأن جمالها ليس أهم ما بها إلا أن هذا الجمال لا يزال الخيل الأول فى السباق الذى تتم المراهنة عليه. أى أنها وفى جميل الأحوال فى سباق محموم أمام جمالها وعقلها وقلبها ونفسها فأين هى من هذا السباق المتعدد النهايات؟

لابد أن يكون لها مكانٌ واحد فى كل هذه البدايات والنهايات ، إنه أن تكون ذاتها بجمالها ببساطتها بل وبسذاجتها ، أن تتوقف عن مواكبة السباقات التى يرسمها لها المجتمع تارة ثم يرسمها لها الرجل تارة أخرى ، فهى جذابة إن كانت رشيقة ، ومثيرة إن كانت ذكية ، ولافتة للأنظار إن كانت جميلة ، ومنفرة إن كانت قبيحة، ولكن وحين نبحث من بين كل هذه الصفات نجد فى أغلب الأحيان ذاتا تائهة عن ذاتها لأنها تدور فى أفلاك الآخرين.

ولكن إدراك المرأة لذاتها ليس بالأمر البسيط رغم بساطة المفهوم ، لأنه يتطلب مخزونا ثقافيا ونفسيا وفكريا ، وهذا المخزون لايمكن امتلاكه إلا بأن تخلع المرأة عن نفسها أنها فقط أنثى وأن تنتمى بفكرها للعالم الواقعى لا بانعكاس

صورتها الأنثوية بل بانعكاس صورتها الإنسانية وهو ما يحررها من أوهام كونها امرأة وأنها لن تكون مقبولة إلا إذا كانت تلك المرأة أو هذه المرأة. إن انسلاخ المرأة عن مفاهيم متعمقة الجذور فى المجتمع وفى نفس الرجل وفى نفسها هى أيضاً يفتح لها آفاق إيجاد الذات ، وذلك ليس بمعنى التحرر من تقاليد المجتمع بل تحرر فكرها من صورة مُستنسخة متكررة بالية وقديمة عن ذاتها وقد تم تحسين هذه الصور بما يتناسب مع الحياة المعاصرة ولكن حتى هذا التحسين لم ينجح فى أن تجد المرأة ذاتها .

حتى فى الغرب ، لم تنجح كل النساء هناك بإيجاد الذات فهن لا يزلن فى سعى محموم نحو الجمال ، نحو النجاح ومنافسة الرجل، نحو إثبات الذات المادية لدرجة استنفاد إنسانيتها .

أن تكون المرأة ذاتها هو أن تتوقف قليلاً وتنظر عبر نافذة حياتها بهدوءٍ وتروٍ وتسأل نفسها هل أمارس ذاتى أم أمارس أدوارا تم رسمها لي؟ هل أنا موجودة لإرضاء رجلٍ ما أو استجداء حبه ورضائه أم أنا موجودة لأن الله خالقى أراد أن

أحقق رسالة سامية بهذه الحياة مهما كانت بساطة هذه الرسالة؟ هل توجد الثقة هنا بداخلى أم أنتظرها من الآخرين عبر كلمة أو نظرة ؟ هل أشعر بالفراغ والضياع حين لا يهتم بى زوجى أو أبنائى ؟ هل أنا ذاتى أو أنا جـزء من ذوات الآخرين؟ هل أنا حرة الروح أم خاضعة لعبودية منظومة اجتماعية طويلة رسمت لى أهدافى ورغباتى ونهاياتى؟

إن أسمى وأرقى حالات الإنسانية هى المعرفة العميقة للذات ، معرفة أن كل إنسان منا خُلق لأجل هدفٍ نبيل مهما كان شكله الخارجى ، مهما كان مستوى قدراته العقلية ، مهما كان دينه أو جنسه. إن تأطير وجود المرأة بمفاهيم الجمال والذكاء والإثارة والجاذبية والأمومة هو سجنها الحقيقى لأنها بجانب كل هذه المفاهيم تمر فى الحياة متجاهلة أو جاهلة لإنسانيتها الرائعة التى خلقها الله تعالى أوسع من كل مفاهيمنا الضيقة. إدراك الذات والوعى بها مهمة صعبة لأنها عملية طويلة الأمد من التأمل والثقافة ومحاسبة الذات قد تمتد لسنوات من حياة امرأة تريد أن تدرك فعلاً قيمة وجودها ، ولكنها بنفس الوقت قد تكون عملية بسيطة وهى أن تنزع عن نفسها كل القشور التى ألبسها إياها المجتمع وأن

تنظر إلى جوهر الأمور بكل حياتها ، فإن الأنوثة لا يجب أن تكون مبررا للسطحية ولا للأخطاء ولا لهدر الكرامة. والمفارقة الصعبة هى أن امرأة لا تدرك ولا تعى ذاتها من الصعب أن تُنشئ أجيالا مميزة وصاحبة قيمة عليا فى الحياة ، لأنها المرأة الأم وهى الحاضنة والمعلمة الأولى لجميع الأجيال القادمة ؛ من الصعب على امرأة لا تعى ذاتها ودورها وإنسانيتها فى الحياة أن تزرع هذه المفاهيم بأولادها ، لذا ومثلما اهتمت المرأة بجمالها الخارجي لابد أن تستيقظ وتوقظ جمالها الداخلى ، لأن جمالها الداخلى هو الجمال الوحيد الذى لا ينعكس عليها فقط بل على المجتمع بأسره.

أماكن....

لماذا لا تغادرنا الأماكن حتى ولو غادرناها؟ لماذا تسكن الذكرى والروح والقلب حتى ولو اختفت عن الوجود؟ لماذا يبدو وجودنا كله مرتبطا بأماكن معينة بخيوط غير مرئية ولكن من المستحيل قطعها؟

ولماذا تنحدر دمعة صغيرة حين نتذكر ذلك المكان البعيد الذى لم نعد نستطيع أن نعود إليه ، أو هناك حيث كانت ذكرى مؤلمة أو ذكرى سعيدة ؟

هناك مقال نكتبه لأجل فكرة ما ، وهناك مقال نكتبه لأننا يجب أن نكتبه ، وهناك مقال نكتبه بسبب صورة ما أثارت بأنفسنا مشاعر لا بد أن تعبر عنها الكلمات ، أحد تلك الصور هى صورة للمغنية العالمية داليدا حين عادت إلى الإسكندرية حيث عاشت طفولتها لأحد عشر عاما ، دخلت إلى البيت القديم وهى تبكى بمرارة ، صعدت الدرجات المهترئة ولم تكن تتوقف عن البكاء ، رأيت تلك الصورة منذ سنوات بعيدة ولكننى لم أنسَ بكاءها المتألم ، تلك المغنية المشهورة والثرية فى ذلك الزمن ، تعود إلى البيت الذى

احتضن طفولتها لسنوات غارقة فى القدم وتبكى وتبكى دون توقف.

ما الذى دفعها للبكاء ؟ رغم ثرائها وشهرتها ، تبكى بذلك البيت القديم والمتداعى ، ماذا أثار ذلك المكان فى نفسها من مشاعرٍ ؟ كل منا يمكن أن يكون بموقفها ، أن يتوقف فى لحظة ما من حياته ويعود لأماكن أحبها غادرها أو غادرته ولكنه نفس الحزن ونفس الدموع ونفس الحنين الذى لا يُفارق الروح . إنها أماكن تحفر نفسها فى الروح والقلب والعقل ، فتصبح جزءًا من ذات كلٍ منا ، لذلك لا يستطيع البعض أن يبيع بيت العائلة او أرض العائلة أو حتى قطع الشجرة القديمة التى كانت فى حديقة البيت القديم . لذلك ندفع الأموال لأجل المحافظة على ما هو ثمين بأرواحنا وقلوبنا ، حتى أننا حين نصف شعور الحب لشخص ما نقول له : " لك مكان فى القلب".

أماكن ، مثل الخليل ، بجبالها ومنحدراتها ووديانها ، بأشجار الصنوبر التى غطت الجبال ، ودوالى العنب التى تسلقت الجدران. الخليل وكأس من الشاى مع الميرامية فى ساعات الفجر الأولى حين تستلقى المدينة بهدوء بين أحضان

الجبال البيضاء والتى لا تحيا إلا مع الصمت بحضرة الجبال وبهائها . الخليل والشوارع المحفورة بين الجبال والتى تتجه نحو القدس أو بيت جبريل ، والوديان الغارقة فى الضباب لشدة انحدارها للأسفل ، وقمم الجبال المُغطاة بأشجار الصنوبر ، حيث تتسلل الشمس بهدوء وخجل بكل صباح . الخليل ودمعة صغيرة تبكى رحيل الأحباء وحياة كاملة تمر مع الشوق وعدم القدرة على العودة ، الخليل وحب لا ينتهى ، لا يموت ولا يغيب تماماً مثل الشمس التى تشرق كل يوم على قمم جبالها .

أماكن ، مثل الإسكندرية فى ساعات العصر ، حين تتألق الشمس ببريقها الذهبى على صفحة المياة الزرقاء ، وحين يجلس العشرات من الناس بهدوء على الشاطيء يراقبون لحظات الغروب وكأن الشمس سوف تغرب لآخر مرة ، دائماً وكل يوم وبذات الجمال وبنفس الانبهار .

أماكن ، مثل دمشق فى الليل ، تمتليء الشوارع بالمشاة ، يسيرون إلى أى مكان ، فى الأسواق وبين البيوت ، فدمشق مدينة فسيحة ممتدة تغريك بالمسير والمسير إلى ما لا نهاية ،

ورائحة الياسمين تملأ الشوارع وحدائق البيوت . ثم تتوقف فى النهاية فى مقهى شرقى قديم كى تشرب فنجانا من القهوة السوداء حلو أو مر المذاق ، وتراقب الجدران التى نُقشت عليها الأحرف الشرقية والتى تؤطرها قطع من النحاس اللامع ، وترغب بألا تنتهى الحياة أبداً ، ترغب بأن تحيا هنا لأنه هنا فقط تتجدد الحياة بكل لحظة رغم مرور الموت .

أماكن ، مثل مدينة مونبلييه بفرنسا ، هناك حيث ساحة المدينة الواسعة ، والأوبرا القديمة ، ثم الشوراع المرصوفة بقطع مربعة من الحجارة شديدة النعومة ، يمكنك أن تسير لساعات فى شوارع ضيقة لا توجد بها سيارات ، فقط مقاهٍ ومحلات تجارية وأصوات الأقدام ، وحين يأتى الليل تتشوح المدينة بوشاح دافيء وبأضواء تملأ كل الشوارع ، فى مونبلييه لن تعرف طعم الغربة لأنها مدينة شرقية فى بلد غربى ، لذلك تبدو عذبة جميلة مختلفة لأنها المدينة التى مزجت ما بين الشرق والغرب بأناقة وبجمالٍ ساحر دون أن تسأل نفسها لماذا.

أماكن ، مثل فيينا وقصورها وحدائقها ، وشوارعها التجارية التى لا تدرى أين تنتهى أو أين تبدأ ، فيينا وأناقة الغرب ، بهدوئها وصفاء أجوائها ، فهى المدينة الأوروبية التى تبدو قروية بروحها ولكنها عصرية بمظهرها . فيينا فى الشتاء ، حين تشرق الشمس فترتدى ملابسك وتعتقد أنك سوف تستمتع بدفء الشمس ولكن البرد يبدو قارساً رغم شروق الشمس . فيينا والمقاهى الواسعة وبمقاعدها القديمة حيث جلس الفنانون والكتاب والشعراء ، وصوت الكمان الذى يأتى عبر النوافذ لفنان يمنح موسيقاه دون مقابل. فيينا وسقوف البيوت التى تبدو كلوحات فنية ترغب بأن تنظر لها لساعات وكأنها متحف ممتد الأطراف .

أماكن ، مثل سويسرا ، بجبالها التى تكتسى بأشجار ذات خضرة تختلف من جبل لآخر، سويسرا ببحيراتها الرائقة العذبة والهادئة. سويسرا بشوارعها القديمة وساعاتها المنتشرة فى كل الزوايا والمحلات التجارية التقليدية والقديمة، سويسرا التى تحب الألعاب والألوان وكأنها طفلة لا تكبر أبداً.

أماكن كثيرة لا حصر لها ، تماماً مثل أنفاسنا التى لا عدد لها ، ولكنها جميعها لها مكان ما على سطح هذه الأرض

وأيضاً فى الأرواح والقلوب. تبدو الأماكن فلسفة الوجود ، جزءاً من كينونة الإنسان ، لذلك وحين تصل لأول مرة لمكانٍ ما ، توقف قليلاً واصغ لنبض قلبك ولصدى المكان بروحك لأنك وهناك عميقاً فى ذاتك سوف تحمل جزءاً من هذا المكان وسوف تترك جزءا من ذاتك به .

ولكنه ذلك المكان الأكثر تأثيراً ، الأشد التصاقاً بالروح، إنه ذلك المكان حيث مرت الطفولة ، وحيث تشكلت ذات كل منا عبر الأيام بين الجدران والشوارع والبيوت ، هناك حيث تسكن الروح ولا ترحل رغم ترحال الجسد ، يبقى ذلك المكان له ذكرى تختلف عن ذكرى أى مكان آخر ، وله نبض فى الروح وتألق فى النفس مهما مرت السنوات ، ويتحول فى الذكرى من مجرد مكان إلى وجود دفين عميق نلجأ إليه حين نحتاج لعاطفة صادقة ، ونتذكره حين نريد أن نشعر بأنه لا يزال لنا مكان فى قلب أحدٍ ما ، ونعود إلى زواياه وظلاله كلما ضاقت بنا الأماكن التى نعيش بها ، فنجد الرحابة والظل والهدوء هناك بعيداً فى زاوية نائية وصامتة من ذاكرة تقمصت المكان فلم يعد هناك وجود للزمن ولا للمسافات إلى أن امتزجت الذكرى بالمكان فأصبحا عالماً وحداً تجوب به الروح حيثما وأينما تشاء...

أبشع الهزائم هزيمة الذات

بنظرة شمولية وتحليلية يبدو أن المرأة تحقق خطوات واسعة نحو تحقيق الذات ، وتدعمها منظمات محلية ودولية لتحقيق مشروع المرأة الناجحة .

ولكن بنظرة تحليلة دقيقة لا تزال المرأة وفى تفكيرها العميق تعتبر أن الرجل مسئول عن نجاحها، سعادتها، تعاستها أو حتى عزلتها الإرادية.

ولا يستثنى من ذلك وضع المرأة فى الغرب فجميع البرامج التلفزيونية والروايات والمقالات لا تزال تعتبر أن الرجل هو المحور العاطفى والفكرى والاقتصادى للمرأة بل ونستورد من الغرب هذا التمركز حول الرجل سواء فى محاربته أو البحث عن عاطفته. لدى قراءة وضع المرأة منذ قرون الإسلام الأولى نرى أنها كانت شريكة حياة وممرضة ومحاربة وصاحبة مجالس علم وصاحبة قرار. إن الله تعالى كلف الرجل والمرأة بنفس الواجبات والالتزامات سواء فى العبادة أو فى المعاملات الحياتية أى أنها مُكلفة بتحصيل العلم وبمساندة الرجل بمسئولياته فى بيته أو تجاه المجتمع ، فلماذا أصبح الرجل محور حياتها سواء بحال النجاح أو الفشل؟ لا يمكن

للمرأة أن تحقق التوازن النفسى والفكرى الداخلى دون أن تشعر بإنسانيتها قبل أن تشعر بأنها كيان يستمد وجوده من الرجل، حتى ولو قدم لها الرجل كل ما ترغب فيه، الاستقلالية الفكرية هى أساس انطلاق المرأة على أسس دينية وأخلاقية رفيعة ثم يأتى بعد ذلك تحقيق ذاتها كامرأة لها كيان اقتصادى واجتماعى . إن مصطلح تحرير المرأة مصطلح غربى تم تقمصه فى مجتمعنا العربى وهو مصطلح مريض وأثبت فشله حتى فى المجتمعات الغربية ، لابد للمرأة العربية أن تتمسك بما منحها إياه الدين من كرامة وعزة بجوار رجل يساندها ، وبنفس الوقت أن تكون داعما له بوعيها وثقافتها وأن تهتم بتحصيل العلم وتطوير الذات لأنها هى مربية الأجيال وهو أعظم دور لها . إن الترقى فى المناصب لا يمنح القوة التى يمنحها نضج الشخصية والمعرفة العميقة لدورها كزوجة وأم ورفيقة درب للرجل.

ومن ناحية أخرى، فمن بين كل أنواع الهزائم لا هزيمة أبشع من هزيمة الذات ، ومن بين كل أنواع الانتصارات لا انتصار أجمل من انتصار الكرامة . هزيمة المرأة لا تكمن دائماً بعدم منحها الفرص العملية والمادية ولكن هزيمتها تكمن فى اعتقادها الدائم أنها لابد أن تحصل على اعتراف

الرجل بقدراتها ، لابد أن تحاصر الرجل فى وجوده ليس لعاطفتها تجاهه ولكن لخوفها من الحياة بدونه ، وهذا لا ينفى حاجة المرأة للرجل أو العكس ، ولكن الثقافة المعاصرة والمُتبناة من الفكر الغربى تعتبر أن الرجل مسئول عن شقاء أو سعادة المرأة وهو مفهوم مخالف لطبيعة الحياة بحد ذاتها، فلا يوجد إنسان مسئول عن سعادة الآخر بينما قد يوجد إنسان مسئول عن تعاسة الآخر بحالة واحدة فقط وهى حالة الخوف والاستسلام. المرأة قبل كونها امرأة هى إنسان لابد أن تسعى لفهم الحياة وتطوير ذاتها بغض النظر عن مواكبة الرجل لهذا التطور أو لا ، فلا يمكن لمن يسير للأمام أن يتقدم بسيره وهو يُحدق النظر بمن وراءه، لابد للمرأة أن تستعيد دورها كشريكة وبانية مع الرجل وليست قيدا له ولا مطالبة له بأن يمنحها سعادة قد لا يتمتع بها هو بدايةً . الحياة أوسع من المفهوم الذكورى والأنثوى ، ولابد أن تتم تنشئة أجيالنا القادمة على قوة الذات وثباتها لا على اعتبار أن الحياة صراع بين رجل وامرأة ، ولأجل تحقيق هذه الذات لابد من أن ينظر كل من الرجل والمرأة لذاته بمرآة إنسانيته دون صراعات ولا انهيارات لا تُنجب سوى ضعاف النفوس والعقول.

أرواحٌ مظلمة

تحيا بيننا ، تتجول فى حياتنا ، قد تشاركنا الأماكن والمشاعر ، تربطنا بها صلات الدم أو العمل أو القرابة أو النسب ، هى منا ، لصيقة بنا أو بعيدة ولكنها بكل الأحوال معنا ..ولكنها ، لكنها أرواح سوداء ، ليست أشباح ، بل بشر مثلنا ، ولكنهم فقدوا أبسط معانى الجمال فى الحياة ، تغرق مشاعرهم بالحقد والأنانية والجشع ، يرون العالم من منظار مشوه ، منظار السلبية والعجز والفقر بكل شيء حتى ولو امتلكوا القصور والبساتين . لأنهم وبأعماقهم الدفينة فقراء الجمال ، فقراء الإنسانية ، فقراء المشاعر الرقيقة .

أرواح مظلمة تُلقى بظلالها الداكنة على الوجود بأكمله ، حين تحيا معها تشعر بأن الوجود كل الوجود يتنفس بصعوبة، يتحرك بثقل ويكاد نبض الحياة يتوقف فى العروق والأجساد ، لأنهم أرواح سوداء يبدون أشبه بحالة الموت منهم بحالة الحياة. يُقال إن الجمال الحقيقى هو جمال الروح ، ولكن حين تكون هذه الروح سوداء ضيقة خانقة حاقدة فأى وجود ستمنح لمن حولها ؟ وكيف يحيا من حولها؟

إنهـا أرواح تسلب الحـيـاة ممن حـولهـا فـيـبـدو أن الموت والحياة متساويان ، متشابهان وبنفس اللون والمذاق ، فأين سيرحل من يضطر أن يعيش مع الأرواح السوداء؟

إنها ليست لوحة تصويرية خيالية ، بل هى صورة من صميم الحياة ، نراها كل يوم ، عبر نفس منكسرة ، عبر حزن قديم ، عبر آمال محطمة ، عبر انكسار ووحدة لا ينتهيان وعبر انعدام الإنسانية من القلوب . هناك فعلاً من يحيا مع أرواح سوداء ، مع أشخاص لا يزرعون فى الحياة سوى الكآبة والحزن والإحباط ، أشخاص لا يعرفون الأمل بل ويحاربونه ويصارعونه ، أشخاص يغلقون نوافذ الحلم الجميل والسعادة الخافقة ، ليزرعوا أعلام الكآبة والإحباط والفشل فى العقول والنفوس.

مثل هذه الأرواح لابد من هجرها، لابد من الابتعاد عنها ، لأنها وببساطة مدمرة لكل رغبة بالحياة ، مدمرة للحب، للأمل، وقاتلة للذات الإنسانية . إنه وصف غير مبالغ به ، لأنه هناك من يحيا بهذه الصورة بل ويتمسك بسوداوية روحه وكأنها كنزٌ ثمين ، إن فقده يختل وجوده بل وتختل الحياة ، ولا

يسـمح لمن حـوله من أن يهـرب من الحـصـار الداكن الذى يفرضه وجوده عليهم .

نحن نحـذر من الأمـراض ونخـشى من الكوارث ولكننا وبتناقض لا نحـذر من سـوداوى الأرواح ، بل نحـيـا مـعـهم ونتـعايش مـع مـا يفـرضـونه علينا من تجـهم ونظرة سلبـية للوجود ، فلمـاذا يبدو وجودنا المادى أكثر قيمـة من وجودنا المعنوي؟

ألا تستحق الأرواح الشفافة الرقيقة الحماية من الأرواح السوداء؟ ألا يجب على كل منا أن يحافظ على شفافية ونقاء روحه كما خلقه الله تعالى ؟ لماذا يبدو كل ما هو مادى أعلى وأرفع قيمة مما هو معنوى ؟

حين نصحح أولويات الأشياء الثمينة فى حياتنا لن نسمح لأنفسنا بأن تحيا مع الأرواح السوداء ، لأننا ببساطة ندافع عن حقنا فى الحب والجمال ؛ حين يكون ما بأعماق كل منا أثمن وأغلى وأرفع مما يرتديه ومما يأكله لن يقبل على نفسه أن يكون شريك حياة لإنسان أسود الروح والوجدان ؛ وحين ندرك أننا بهذه الحياة لا يمكن أبداً أن نستمتع بنعم الله علينا بصورة صحيحة وسليمة وجميلة دون أن يكون ما بأعماقنا

بجمال ما منحه الله تعالى لنا ، صاحب الروح السوداء لا يرى نعمة الله عليه ، بل يحقد و يرى نعمة الله على الآخرين ولا يلتفت حتى إلى ما منحه الله تعالى له، بينما صاحب الروح الشفافة النقية يمد يده بكل يوم ليحمد الله على ما منحه من نعم ظاهرها وباطنها ويعلم بأنه لن يكون له شيء بهذا الوجود إلا بفضل الله تعالى عليه . صاحب الروح السوداء حتى حين يرسل الله تعالى له الأصدقاء الأوفياء ، يدخل الشك بنفسه بأنهم يريدون شيئا ما منه وإلا لما كانوا لطفاء ، يرى الوجود بلون أسود داكن ، فتتحول الحدائق فى صدره إلى أرضٍ محروقة والقصور فى وجدانه إلى بيوتٍ خربة .

أصحاب الأرواح السوداء هم أشد الناس بعداً عن الله تعالى ، لأنهم فهموا ورأوا الوجود بغير ما أراد الله تعالى للبشر ، لقد أراد الله تعالى للبشر أن يحبوا الحياة ، أن يحيوا بسلام ويأمن بظل الإيمان به ، أن يحسنوا الظن بالله وبأنفسهم ، أن يروا الوجود جميلاً ، ولكن حين يرى إنسان عبر مرآة روحه الوجود مجموعة من المخاطر ومن الأحقاد

ويعتقد أن ظلمه للآخرين حقاً يمارسه تتحول الأرض تحت قدميه إلى أرضٍ محروقة لا تصلح للحياة .

لابد لأى منا أن يحمى أعماقه الجميلة من الأرواح السوداء ، لابد أن يطور بعقله ونفسه هذا الدفاع عن روحه وشبفافيتها وأن تكون علاقاته محصورة بأرواح نقية ، وإن اضطر للتعامل مع الأرواح السوداء أن يتعامل معها بحذر من يتعامل مع خطرٍ قائم . نحن لسنا سوى طاقة بهذا الوجود نمنح طاقة ونستمد طاقة مما حولنا، لذلك علينا أن نعلم ونفهم أين نقف من هذا الوجود، وعلى أى مجال للطاقة، ليس لأجل الحياة فقط بل لأجل الآخرة أيضاً ، لأن الله لا ينظر إلى وجوهنا وأجسادنا بل ينظر إلى قلوبنا التى تحتضن أرواحنا . الحفاظ على شفافية الروح يقتضى تجنب والحذر من سوداوى الأرواح . يمكن لأى شيء بهذا الوجود أن يتشوه ولكن الوجود لن يتدمر لهذا التشوه لأن سنة الله بهذا الكون أن يُعاد بناء ما تدمر مهما كان ، ولكن شيئا واحدا يضمن الدمار بهذا الكون ، الدمار النفسى والعاطفى بل والمادى أيضاً وهو هذا السواد فى الأرواح والذى يؤدى

إلى الظلم والحقد والقتل والكره بل وإلى الحروب ، فالحروب ليست سوى قرار يتخذه إنسان اسودت روحه ولم يجد حلولا عبر شفافية الروح ، لأن الحروب كل الحروب سواء فى البيوت أو العلاقات أو بين الدول ليست سوى فقدان لنقاء الروح ، وانحدار للقيمة الإنسانية العليا بأن يتحول القتل المادى أو المعنوى إلى هدف ووسيلة .

إن كان عليك أن تحيا بهذه الحياة وأنت ضعيف ولكنك نقى الروح فأنت تحيا حقاً وكما أراد الله تعالى لك أن تحيا رغم ضعفك ، وإن كان عليك أن تحيا بهذه الحياة وأنت قوى ولكنك بروح سوداء فأنت ميت كما أراد الله لك أن تكون ميتا وأنت حى ؛ لأن سواد الروح يعنى موتها وإن كانت تتحرك وتطمع وترغب وتقتل وتحقد فكل هذه المشاعر ليست سوى بذور الموت الحقيقى فى الحياة وما بعد الحياة.

عودة إلى الذات

في عالمنا المعاصر ، يبدو كل ما حولنا مكتظا بالأفكار ، بالمشاكل ، بالحلول ، بالرغبات، بالطموحات ، بكل ما تتسع له الذات البشرية وبكل ما لا تتسع له بل وما لا تطيقه. فالذات البشرية تحب متعتها ورفاهيتها ولكنها رغم هذه المحبة قد تنقلب متعتها ورفاهيتها إلى وبال عليها ، لأن الله تعالى أمرنا بالاعتدال بكل شئون حياتنا ؛ ويبدو أن هذا الاعتدال أصبح من الصعوبة بمكان ، في زمن يعرض كل البضائع ، كل المغريات ويتلاشى اللاممكن ليحل محله الممكن بكل مكان وبأى وقت .

وفى هذا العالم المتحضر ، المتاح ، المتنقل ، تبدو الحاجة للجوء إلى أطباء نفسانيين حاجة طبيعية بل قد تكون ضرورية أيضاً ، ولكن هل استطاع الأطباء النفسيون أن يعالجوا الكم الهائل من الاضطرابات النفسية والسلوكية والعقلية التى طرأت على عدد كبير من البشر ؟ وهل يلجأ المتعب نفسياً للطبيب لإيجاد حل لمشكلته أو للتعرف على مشكلته ؟ وهل يريد فعلاً الحل لها أم يريد أن يتحدث عنها مهما كان رأى الطبيب ، أن يقول للطبيب ما لا يستطيع أن يقوله لمن حوله؟

أسئلة لا حصر لها حول الحاجة للطب النفسى والإجابة عليها تبدو أوسع نطاقاً من الأسئلة نفسها .

ولكن هناك علاجا بسيطا ومعقدا بذات الوقت ، وهو العودة إلى الذات ، أن يقف الإنسان للحظات أمام نفسه دون مغريات ، دون رغبات دون لهفة وإلحاح لما يريد ودون نفور لما لا يريد ، أن يقف أمام ذاته بإنسانيته البسيطة وبفطرته الأولى ، إنسان مجرد إنسان ، يريد أن يحيا ويشعر ويفكر . كل ذلك العالم المتماوج حولنا المتلألىء بالشاشات الملونة ، الغارق برنين الهواتف ولمسات الشاشات ، هل يجعلنا فعلاً نكون مع ذواتنا ؟

رغم كل هذا التطور وهذه التسهيلات الحياتية ، لا ينفك الإنسان أن يبتعد عن ذاته ، وابتعاده عن ذاته يعنى ابتعاده عن الآخرين ، لأنه لن تكون لديه علاقة متوازنة منسجمة مع الآخر إن لم يكن بعلاقة متوازنة ومنسجمة مع ذاته بدايةً . جميع الوسائل التكنولوجية الحديثة سهلت التقارب بين الناس ولغت المسافات ولكنها باعدت المسافة بين الإنسان وذاته ، بل لم يعد يرغب أن يكون مع ذاته بل وربما يتضايق مع هذه العودة إلى الذات ، لأن هذه الذات فقط تسأله عن مكانها ،

وماذا يفعل بها ولأجلها ، بينما التكنولوجيا تقوده حيث تشاء وحيث يشاء ، لا تسأله أى سؤال تنقاد لكل نزواته ورغباته المستقيم منها والمنحرف أيضاً ؛ فإن أشد ما يميز التكنولوجيا الحديثة هو إلغاء كل الحدود الأخلاقية ، على الشاشة المضيئة لا توجد كلمة يجوز أو لا يجوز ، تجرفه الرغبات حيث تشاء ، وتتخذ السلوكيات مسارات لا رادع لها.

العودة إلى الذات فى عالمنا المعاصر هو مراجعة النفس بما يليق و ما لا يليق ، مواجهة الإنسان لذاته بما يفعل بدقائق حياته وبما يرغب أو بما لا يرغب ، أن يقيس كل تصرفاته بل و أفكاره بمنظومة أخلاقية لا تستقيم الحياة بدونها. العودة إلى الذات أصبحت المعقل الأخير للأخلاق ، ولكن هذه العودة ليست سهلة ، لأن الطريق إلى الذات من أصعب الطرق وأكثرها مشقة بسبب تعقيد النفس وتعدد مطالبها وبسبب تلك المتاهة الدفينة بذات كل منا لما يريد وما لا يريد لما يحب وما لا يحب ، بل لما يحب الآن وربما يكرهه غداً ، لذلك تبدو العودة إلى الذات شديدة الصعوبة بسبب منحنيات النفس وتبدلها ، ارتفاعها أو تدنيها ابتعادها أو اقترابها ، ولكن هذه العودة يمكن تحقيقها بالسلام مع النفس

وفق ما أملاه الله تعالى الخبير العليم من قيم وأخلاق فرضها علىٰ كل إنسـان ، وحين يحيد الإنسان عن تلك المنظومة الأخلاقية والنفسية والعقلية والروحية فإنه حتما سوف يدخل إلى متاهة نفسه وإلى نزواتها وإنجرافها .

العودة إلى الذات أصبحت ضرورة وليست فقط كمطلب كمالى نتحدث عنه مع الطبيب النفسى، أن تبحث عميقاً بذاتك عما تريد ، أن تنظر للحياة بحكمة وبعمق من يكتشف أرضاً جديدة ، أن ترى الوجود كما أراد لك الله تعالى بجماله وبآيات إبداعه فى الخلق ، لأنه دون هذه العودة إلى الذات ببساطتها وفطرتها سوف نتوه جميعاً عن بعضنا البعض حتى ولو التقينا على الفيس بوك وعبر الإيميلات والرسائل ، هناك شيء دفين فى الروح يهمس لكل منا إن كان مع ذاته أو هو مجرد إنسان يحيا ما وفرته الحياة له ؛ شيء ما دفين فى الروح يهمس لكل منا بأن الحقيقة ليست إلكترونية بل من لحم ودم ، تحيا وتتنفس . العودة إلى الذات هى الإصغاء لهمس الروح ، وتقدير تفكير العقل ، وكبح جماح النفس، وعدم احتقار المشاعر لأنها مجرد مشاعر ، وحين تتم هذه العودة

تبدا أجمل رحلات الوجود نحو معرفة الحقيقة وليس الركض وراء السراب ، لأن جمال الحياة الأول هو إدارك حقيقة الوجود بألمها ، بسعادتها ، فجمال الحقيقة ليس بكونها سعيدة بل بكونها حقيقية واقعية بلا أوهام أو أكاذيب ، وحين نقبل ونبحث عن هذه الحقيقة مهما كانت النتائج تبدأ اكتشافاتنا الأخرى لكل ما حولنا .

بين الأمس واليوم

نظرت لى بعيون دامعة وقالت بحسرة:

(هل ترين هذه الصالة الكبيرة ، لقد امتلأت في يومٍ ما بالضيوف والأقارب والناس الذين كنا نعتقد أنهم يحبوننا ، لقد كان هذا الباب لا يُغلق ابداً ، والآن . وحين مات زوجي ولم نعد أغنياء كالسابق ، أصبحت هذه الصالة كما ترينها فارغة ولا صدى بها سوى لصوتي وصوت الخادمة وبناتي حين يأتين لزيارتي ...)

سألتها بهدوء:

(هل أنت حزينة لأن الناس لا يزورونك كالسابق ، أم لأنك أصبحت بلا مال ؟)

نظرت إلى بحيرة وقالت :

(لم أفكر بهذه الطريقة ، أى أننى حزينة لأجل السببين معاً ، لأنه لم يعد يزورنى أحد ، ولأننى أصبحت فقيرة.)

انسحبت بصمت وغرقت صالتها الفخمة بالصمت من جديد ؛ وفى طريق العودة فكرت بكل كلمة قالتها وحزنت لأجلها ليس لأنها أصبحت فقيرة وليس لأنه لم يعد يزورها

الأصدقاء والأقارب ولكن لأنها لم تفهم الحياة بعد ، لم تفهم رسالة الله لنا جميعاً بهذه الحياة ، وهى أننا مجرد عابرى سبيل بهذه الحياة . وأننا لا يجب أن نعتقد أن هذه الحياة دار بقاء بل علينا نتذكر أنها دار فناء، وأحد أساليب اعتبارها دار بقاء هو انتظار الأصدقاء والحزن لأجل المال الذى ينفد والغضب لأجل ما كنا نملك ثم لم نعد نمتلك.

المعاناة الحقيقية فى الحياة هو أن ننتظر ونتوقع من الحياة ما لا تستطيع أن تقدمه لنا وهو الديمومة والبقاء والأبدية . وهى نسيت كل هذا ولا تزال تحزن لأجل ما هو مكتوب عليه أن يرحل .

حين يصبح النفاق سمة مجتمع ما ، لابد أن يبحث أفراده أصحاب البصيرة عن الصدق ولو فى جحرٍ مهجور ، حين يصبح الكذب السمة العامة أو شبة العامة فى مجتمع ما ، لابد من اللجوء إلى آخر معاقل الصدق وهذه المعاقل لن تكون سوى بأرواحنا ، أى أننا إن أردنا أن نقابل أصحاب الصدق لابد أن يكون منغرساً بأعماقنا فيمنحنا الله البصر والبصيرة لنعلم ونرى وندرك الصادق من الكاذب بمجرد أن تقع أعيننا عليه.

كلما طال انتظارنا لحضور الآخر، لوجود الآخر ، لاقتراب الآخر ، ازداد سوء فهمنا للحياة ، لأن الحياة وببساطة ليست الآخر ولم تكن ولن تكون ، فكل منا يبقى مع نفسه بنهاية النهار ، يستلقى على سريره وحيداً حتى ولو شاطره الآخر سريره ، يرحل بعيداً مع أفكاره ومشاعره عبر رحلة مع الذات ، رحلة صامتة مؤلمة أو مُبهجة ولكنها بكل أحوالها رحلة لا يقوم بها سوى الشخص مع ذاته ، ولكن هذه الرحلة لا تتم بسهولة دون أن يفهم ويدرك الإنسان أعماق ذاته وما يجول بها ، دون أن يعرف نفسه أولاً ثم يسعى لمعرفة الآخرين ، وكلما اكتملت معرفته لذاته استطاع أن يفهم الآخر وأن يقرأ مشاعره .

صديقتي حزنت لأجل الأصدقاء الذين غابوا ولأجل المال الذى تبدد ، ولكنها لم تفرح بأن هذا الحرمان ربما يكون دعوة صامتة من الله تعالى بأن تعود إليه وأن تدرك بأن لا مأوى سوى مأواه .

خلف كل ما يدور بهذا الوجود رسالة إلهية تخبرنا ، تحذرنا ، تبشرنا ، تمهلنا ولكننا لا نحسن إصغاء السمع ولا نحسن الاستفادة من الدروس لأننا ننسى أن الله هو المدبر

وهو العليم وننسى أننا قد نحب شيئا ويكون شرا لنا وقد نكره شيئا ويكون خيرا لنا وأن الله يعلم ونحن لا نعلم ، حتى أننا وفى أغلب الأحيان لا نُحسن الدعاء لأننا لا نرى الحياة سوى بمنظارنا القريب والضيق وننسى أن ندعو الله بما ينفعنا وبما هو خير لنا وليس بما نرغب ، وصديقتى لم تعلم أنه ربما بعد خواء صالتها الفخمة ورحيل المال ربما ترى الوجود بعيون الفقير الوحيد ، وساعتئذٍ لن توجد أى مسافات بينها وبين الله تعالى لأن الله سبحانه أشد ما يكون قرباً من الضعفاء الفقراء.

صديقتى تبكى رحيل الأصدقاء ولا تبكى رحيلها هى حين لا يكون معها أصدقاء ، لايبقى لها سوى عمل صالح أو كلمة طيبة ، صديقتى تضيع الأيام والساعات فى التأسى على بشر مثلها لا يملكون من أمرهم شيئاً وتنسى مدبر الأقدار والسنوات والأيام . صديقتى تبكى المال الراحل وتنسى مُعطى المال.

فى زمننا المعاصر، بضغوطه النفسية والفكرية والعاطفية، لابد للإنسان أن يكون له ذخيرة معنوية عميقة كى يتمكن من

الاستمرار بهذه الحياة التى تضعه كل يوم أمام تحدٍ جديد ، لم تعد تكفى جلسة بين الأصدقاء كى تُزيل الحزن والهم ، بل لابد من معرفة عميقة لمكامن الألم وأسبابها واتباع الوسائل التى تساعد النفس على تجاوز فترات الألم هذه ، جميع الطقوس القديمة مثل فنجان قهوة أو كأس من الشاى تحت شجرة التين ، أو اجتماع أفراد الأسرة معا أيام الأعياد لم يعد يكفى كى يخرج الإنسان من حزنه أو كآبته ، لذا لابد من وسائل جديدة ولابد من توجه قوى لله تعالى أمام الصعوبات والضغوطات المعاصرة .

انزواء أم حياة أخرى...؟

فى لحظة ما من الحياة لابد من الانزواء، فى مكانٍ دفين من ذاتك، فى زاوية ما من بيتك ، مكان لا يوجد به سوى أنت وأفكارك، وكل ما عدا ذلك يصبح عالما خارجيا لا شأن لك به. قد يسمى البعض هذا الانزواء بالوحدة ولكنه ليس كذلك، لأن الوحدة هى أن تكون وحيداً دون رغبة منك ، تشعر بالوحدة بانتظار حضور الآخر، ولكن الانزواء هو أن تقرر أن تنأى بنفسك عن كل ما حولك للحظات لدقائق أو حتى لساعات ، فى هذا الوقت فقط تنقطع صلتك مع الزمن ومع الآخر ، لأن الصلة مع الذات لا تعرف الزمن ولا علاقة تربطها بالآخر ، قد نعتقد أن الصلة مع الذات مرتبطة بالآخر ، ولكن لا ، لأن جميع علاقات الإنسان تبدأ بدايةً بمدى علاقته مع ذاته ، بمدى فهمه لذاته ، وكلما كان هذا الفهم ناضجا كلما انعكس ذلك على جميع العلاقات من حوله ، ولكن هذه العلاقة لا يمكن أن تكون بديهية بل نتيجة عمل متأنٍ ودؤوب نتيجة تأمل فى الحياة ونتيجة لإدراك الوجود . العلاقة مع الآخر مهمة ولكنها ليست بأهمية العلاقة مع الذات ، العلاقة مع الآخر قد تكون

عاطفية ، مسلية ، ضرورية ، أو عائلية وربما تحوى كل هذه المفاهيم ، ولكن العلاقة مع الذات تحتاج للانزواء بعيداً عن الآخر .

ونحن فى ثقافتنا العربية لا نحب هذا الانزواء ونعتبره انسحاباً أو هروبا من وجود الآخر خصوصاً فى علاقة الزواج ، حتى فى الإطار العائلى حين ينسحب أى طرف من العائلة بعيداً لبعض الوقت نسأله ماذا هناك ؟ هل هو متضايق ؟ وإن لم يرد ننزعج لأنه لم يصارحنا بما به . ولا ندرى أن هذا الانزواء أو بالمعنى الأكثر شيوعاً هذا الاختلاء مع النفس قد يفتح الأبواب لحلول كثيرة ، قد يخفف من احتقان نفسى وعاطفى ، قد يمنح للآخر الوقت والفرصة للتفكير بأمر معقد ثم يتحول لأمر بسيط ، جميع المشاكل وجميع الأزمات تبدأ مع الذات وتنتهى بها ، لهذا يبدو هذا الانزواء أو هذه الخلوة مع الذات بالغة الأهمية ، نحن حين تواجهنا مشكلة من النادر أن ينزوى أحد منا فى زاوية ما ليفكر بهدوء بعيداً عن أى مؤثرات ، بل يبحث عن الآخرين ليجد لديهم الحلول أو التخفيف من المعاناة ، وعلى الغالب ما يقوله الآخرون ليس العلاج الصحيح للمشكلة ، فكل إنسان

يعلم احتياجاته الدفينة ومواطن قوته أو ضعفه بهذه الحياة ، وهو الوحيد الذى يرى خريطة أفكاره ومشاعره دون مواربة ولكنه حين يصف هذه المشاعر وهذه الأفكار للآخر يراعى بالدرجة الأولى ما يفكر به هذا الآخر لذا تبدو كلماته تتناقض مع حقيقة ما يشعر به .

ربما لابد لنا من تعلم ثقافة الخلوة مع النفس وأن ندرب أولادنا عليها ، وقد تكون بجزء منها التأمل وهو ما أمرنا به الله تعالى ، أن نتأمل بهذا الكون ، وبأنفسنا وبما حولنا ، أن نعرف الخالق عبر التأمل بما خلق وعبر ما يجول بأنفسنا .

حين تنزوى بنفسك لترى العالم من أعماق هذه الذات الصامتة ترى كل الأشياء من حولك بصورة أخرى ، تراها أكثر وضوحاً وصفاءً ، ترى حقائق لم تكن لتراها بحضور الآخرين ، تلمس ما تحتاج له روحك وتقرأ ما تقوله لك أفكارك ، ثم تأتى رحلتك مع مشاعرك ، هذه المشاعر التى لا تحب وجود الآخرين ، فتراها خجلة ومنسحبة عند حضورهم وتتألق بمجرد انسحابهم وبقائك وحدك معها ، إن أردت أن تعلم إن كنت تحب أحدا ما بشكل حقيقى أو تكرهه ، فاختل بنفسك لدقائق وفكر بهذا الشخص وسوف تخبرك مشاعرك بكل ما تريد أن تعرفه عن ذاتك وعما تريد.

النسبة الأكبر من المشاكل يمكن حلها عبر الانسحاب قليلاً من المشكلة والنظر إليها من طرفٍ بعيد كأن المشكلة لا تتعلق بك ، فيأتى الحل هادئاً صامتاً فإن لم يُعجبك لن يصدمك لأنه صادر عن تفكير هادىء وبعد مشوار صدقٍ مع الذات ؛ حتى وإن لم تجد الحل وبدا أن المشكلة تتجاوز حدود طاقتك ، فسوف تكون قد وجدت استراحة قصيرة من ثقل المشكلة الأساسية ؛ هناك مشاكل فى الحياة يبدو أن لا حل لها ، لذا لابد من التحايل عليها ، لابد من الالتفاف على ثقلها وحجمها، عبر الانسحاب منها لوقتٍ ما ونسيانها كأنها ليست سوى مسلسل تلفزيونى قديم وممل ، وحين تستعيد أنفاسك وبعضاً من طاقتك عد إلى التعايش مع المشكلة من جديد ، ولكنك لابد أن تستشعر الوقت اللازم للانزواء والابتعاد عن كل ما حولك.

حتى بحالة المرض ، لابدِ من شيء من الانزواء وإصغاء السمع لما يريده القدر لنا بلحظات الضعف هذه ، هل يريد أن يذكرنا بضعفنا؟ هل يريد أن يذكرنا بفناء الحياة ؟ هل يريد أن يقول لنا أن نتوقف عن القسوة على النفس وأن نبدأ بطريق الرحمة للذات أولاً ثم الآخرين ؟

ـ في كل محطة في الحياة ، وفي كل موقف هناك رسالة لأرواحنا وأفكارنا ومشاعرنا، فنحن لسنا سوى هذا المزيج المركب من كل هذه العناصر ، وحين نتعامل مع عنصر واحد منها متجاهلين البقية يختل وجودنا ووجود من حولنا ، وأول من يذكرنا بوحدة هذه العناصر هو هذا الانزواء لأننا بلحظات الوحدة هذه نستمع للصوت الخافت للشعور وللفكر وللروح وللنفس. فيتحول الانزواء إلى حياة أخرى نرى من خلالها نبض الحياة الحقيقية دون أن نوجد بمعتركها ، ننظر إليها بعيون المتأمل لا بعيون الراغب ، نفكر بها بتفكير المترفع عن حاجاته بها لا بتفكير اللاهث وراءها ، ونرى حقيقة الأشياء ، كل الأشياء وكل الأشخاص ، ونرسم حياة أخرى بأعماقنا للوجود من حولنا ، وكلما كانت صورة هذه الحياة الداخلية عميقة كلما انعكس ذلك على الوجود من حولنا ، نحن لا نحيا بهذا الكون بوجودنا الحسي والمادي ، بل هناك حياة أخرى غير حسية روحية وفكرية تعيش بكل ذرة بهذا الكون وهذه الحياة تكمن بأعماقنا ، فإن لم نعثر عليها فقدنا حياة أخرى قد تكون أشد جمالاً وتألقاً من الحياة الحقيقة.

الآخر... الوجود والكينونة

سؤالٌ بسيط ولكنه يختصر الوجود والكينونة ، هل يمكنك أن تعيش دون الآخر؟

والسؤال الأهم هو من يكون ذلك الآخر ؟ إن كان ذلك الآخر مانحا لشيء من السعادة ولا ضرورة لكل السعادة بل يكفى لبعضٍ منها، فلابد أن يكون جزءاً من وجودك . إن كان ذلك الآخر مانحا للأمن والهدوء فلابد أن يبقى جزءاً من وجودك ، أى إن كان الآخر بكل صوره ومعانيه وتنوعه يُضفى شيئا جميلا لوجودك فحافظ عليه ولن تحافظ عليه إلا بإدراكك الكامل لقيمته فى حياتك . إن كان ذلك الآخر لا تستغنى عن وجوده بحياتك لكونه السعادة والجمال والراحة والهدوء فيتحول إلى جزء من كينونتك ولن ترى الحياة بجمالها دون حضوره بها ، ذلك الآخر الذى يتحول لجزء من كينونة أى منا هو إنسان خاص جداً لأنه فهم الحياة بأرقى معانيها فلم يبخل بحبه، ولم يحتال على مشاعره ولا على مشاعر الآخر، فهم أن الحياة ليست سوى عطاء صادق ولو كان قليلا، فهم أن الصدق أثمن من الكنوز ، وفهم أن السعادة ليست سوى

محبة ودفء يجمع بين اثنين بهدوء فى نهاية يومٍ صعب وشاق. لذا هذا الذى يتحول لجزء من كينونة أى منا يبدو كطيف صعب المنال، يبدو كنجم يتألق فى السماء ولكنه موجود على هذه الأرض القاسية والصعبة، ولكنه يبدو كمن يحملنا لعوالم أخرى أخف ثقلاً وأجمل واقعاً ويجعلنا وفى كل يوم نرغب فى مزيد من الحياة.

وهناك الآخر الذى يجعل الحياة صعبة شاقة مؤلمة بل رحلة من الدمار النفسي والعقلي، ذلك الآخر الذى كره ذاته أولاً ثم صدر كل الكره الدفين بأعماقه لمن حوله ، فلا هو يشفى من كرهه لذاته ولا هو يرحم من حوله من حُمى كرهه ، فيصبح كتنين هائج لا تنطفيء نيران حقده إلا بدماره هو أو باختفائه عن وجه الأرض. هذا الآخر ليس صورة وهمية يستحضرها خيالنا ، بل هو شخص موجود حولنا وبيننا ، من يحيون معه يبدون كضحايا أكثر من كونهم بشرا، من يحتاج له لا يخفى الذل والهوان على ملامح وجهه لأن كرامته تُهدر فى كل يوم ، وعزة نفسه تُقتل فى كل دقيقة ، يتحول لمخلوق منفرد مع ذاته ومع ما يرسمه ذلك الآخر من تشويه فى أعماق نفسه وتفكيره.

وقد تكون المرأة هى الضحية الأولى لذلك المخلوق المشوه الذى تضطر لأن تعيش معه تحت ذريعة عقد الزواج ، ثم يأتى دور أولاده ليتحولوا لضحايا من الدرجة الثانية ، ثم جيرانه ، ثم أقاربه ثم كل من يضطر للتعامل معه .

ذلك الآخر المؤلم ، الجارح ، القاسى يبدو وكأنه نوعا من السم الذى لا ترياق له ، ينثر الموت أينما حل وارتحل ، ليس موت الجسد بل موت الروح والعقل والنفس ، وقد يبدو الألم الجسدىّ أخف وطأة وأسهل للعلاج من الألم النفسى والعقلى الذى يترك ضحيته شبه إنسان معوق ومشلول الإرادة بل فاقد للرغبة بالحياة.

ولكن ما يمنح ذلك الآخر امتياز القسوة هو القبول بقسوته تحت ذريعة أنه القدر ، هذا حظى ، لابد أن أصبر ، لم يأمرنا الله تعالى أن نكون أذلاء وقد خلقنا أحرارا ، فحتى الطفل الرضيع يشعر بكرامته ، وحين تهمله والدته أو تدفع بيده بعيداً يصرخ متألما ليقول لها لا تفعلى هذا مرة أخرى ، لم يأمرنا الله تعالى أن نكون سيوفا مسلطة على رقاب من يعيش معنا باسم عقد الزواج ، باسم البنوة وباسم الواجب

والمجتمع ، لم يأمرنا الله تعالى بأن نكون أذلاء لمن احتقرنا ، وأن ننتظر الرحمة لمن قسى علينا ، أمرنا بالصبر ولكنه أخبرنا بأن المؤمن القوى خير من المؤمن الضعيف ، وأعلى درجات الإيمان هو عدم الخوف إلا من الله تعالى.

تحرير الأوطان صعب ، ولكن تحرير الروح أشد صعوبة ، أن يقف الإنسان أمام ذاته وأن يقول لذلك الآخر لا ..ولا يمكن تحرير الروح دون استرجاع الكرامة المفقودة والمهدورة على أبواب اللئام.

إن أعلى درجات الحرية هى إدراك الكينونة الذاتية ، وإن قيمة أى منا لا يجب أن تُستمد من الآخر مهما كان جميلا مهما كان رائعا ومهما كان قاسيا ، هناك كينونة خاصة بكل منا لابد من احترامها وحفظها ورسم خطوط حمراء لعدم المساس بها ، وكلما ارتفع إدراك كل منا لكينونته هذه لن ينتظر كلمات التشجيع ولا المحبة ولن تؤثر به الكلمات السامة، المشكلة أن إدراك هذه الكينونة لا يكون بيوم وليلة وبمجرد اتخاذ القرار بوجودها ، بل هى عملية تنشأ من الطفولة ، فكلما كان للطفل تقدير واحترام فى بيئته العائلية كلما كان أكثر إدراكاً واحتراماً لكينونته هذه حين يكبر .

نحن من أكثر المجتمعات التى تستمد تقييمها من كلمات الآخرين ، لذلك يبدو الآخرون دائماً المرآة الوحيدة لصورنا الجميلة منها والقبيحة، ولكن ماذا لو كانت مرآتك هى ذاتك ، ترى من خلالها أعماقك وتقرر ما تريد وما لا تريد، تقرر الرفض أو القبول، تقرر أن تكون ذاتك سواء مع الآخر أو بدونه:

حضارة امرأة

هل يمكن أن يكون لكل امرأة حضارة خاصة بها[1] ؟ بكل ما تتطلبه الحضارة من التزامات وواجبات وجدية وعمل دؤوب. هل يمكن أن تكون المرأة كيانا حضاريا قائما بذاته حتى بصورتها الفردية ، أى أن تكون أمة شاملة لنواحٍ عديدة بهذه الحياة ؟ أم هى مجرد اسم ورقم بين ملايين النساء فى قرنٍ ما مضى أو سيمضى ؟

وإن كان لكل امرأة حضارة خاصة بها ، فما هى ميزات حضارة المرأة فى زمننا المعاصر ؟

لقد أخبرتها وسائل الإعلام والمجلات والصحف والروايات بأنها كيان تابع نفسياً ومعنوياً وعاطفياً للرجل ولكن لابد أن تكون كيانا مستقلا مادياً ، أن يكون طموحها المهنى أعلى طموحاتها حتى أنه قد يكون قبل زوجها و أولادها فى سلم أولولياتها .

لقد أخبرها العالم المعاصر بأنها لابد أن تكون جميلة جذابة ومثيرة ، ففى الستينيات كان لابد أن تكون ممتلئة الجسد ، وفى الثمانينيات كان لابد أن تكون نحيفة ورشيقة

وفى التسعينيات كان ولابد أن تكون أكثر نحافة وحالياً لابد أن تكون شديدة النحافة ولا بأس ببعض من ال " أنوروكسيا نرفوزا " فهو مرض يمنحها صفة حضارية . أخبرها العالم المعاصر بأنها كى تكون متحضرة متطورة لابد أن تجوب المحلات للتسوق لتشترى أفضل الماركات العالمية ، لابد أن تشترى أفضل أصناف المكياج ، لابد أن تلتحق بنوادى اللياقة ، لابد أن تكون لها مجموعة من الصديقات حيث يتشاركن القصص ، والمعاناة والأفراح ولا يهم أن يوجد الصدق .

أخبرها العالم المعاصر بأنها لا يجب أن تفنى عمرها لأجل أولادها وتربيتهم ، لابد أن يكون لها حياة خاصة بها ، لابد أن تكون جميلة وشابة فى جميع مراحل عمرها وأن عمليات التجميل ضرورة لابد منها كى تقبل ذاتها وكى يقبلها المجتمع ، أخبرها العالم المعاصر بأن تحذر من الرجل المخادع الغادر الأناني وأنه إن أخطأ معها لابد أن تدمر بيته وأن يتحول أولاده لأعداء له حتى ولو مارس حقه الشرعى بالزواج مرة ثانية فهو يكون مجرما لابد من معاقبته وأول من ينفذ العقاب قد يكونوا أولاده بتخطيط مُسبق منها ، وربما

تكون متدينة ومحجبة تحترم كل ما سمح الله تعالى به من حقوق ما عدا حقه بالزواج مرة أخرى ، أخبرها العالم المعاصر بأنها لابد أن تكون سعيدة الآن هنا، فى هذه الحياة، وإنها إن لم تحصل على هذه السعادة الآن هنا لابد أن يتحول من حولها إلى مجموعة من التعساء لأنها ببساطة أتعسهم حتى ولو لم يرَ من حولها سببا لهذه التعاسة .

أخبرها العالم المعاصر بأنه حتى ولو كانت امرأة مرفهة ولديها ما تحلم به ملايين النساء ، لابد أن تكون تعيسة لأن زوجها لا يهتم بها مثلما يهتم زوج صديقتها بها أو حتى مثلما يهتم ممثل ما فى مسلسل ما بزوجته ، أخبرها العالم المعاصر أن قيمة الرجل بما يملك وأنها لابد أن تتزوج من لديه المال حتى ولو كان ينقصه الدين أو الرجولة ، أخبرها العالم المعاصر أن على المرأة ألا تخجلَ من التصريح باحتياجاتها النفسية والعاطفية فأصبحت أكثر جرأة بل بأجيان كثيرة أكثر وقاحة لدرجة جعلت الرجل يرغب بالاختفاء عوضاً عن الانجذاب لها .

أخبرها العالم المعاصر بأن قيمتها فى قوة شخصيتها وأن هذه القوة لابد أن تمارسها فى كل الأحوال وكل

الظروف، وأن الرجل لابد أن يحترم ويقبل هذه الشخصية وإلا سيكون إنسانا متسلطا ومتخلفا، ولابد أن تكون قوية الشخصية حتى ولو لم تمتلك الثقافة أو الوعى اللازم لتفهم ما هى قوة الشخصية .

يمكن أن تطول قائمة ما قدمه العالم المعاصر على طبق الحضارة للمرأة فى زمننا الحالى ، بالطبع هناك حقوق تمتعتْ بها ، وحقوق أعادت لها الكثير من ثقتها بذاتها ومنحت المجال للمرأة أن تُبدع وتُثبت قدراتها فى مجال لا حصر لها ، هذا المقال لا ينتقد مُكتسبات المرأة ولكن ينتقد تخلى المرأة عن دورها الأساسى فى المجتمع وهو الأمومة وأن تكون الداعم النفسى والعاطفى للرجل .

الجانب الأشد إغراءً فى حضارة المرأة المعاصرة هو منحها كل الحرية والاختيار بأن تغير جميع أولوياتها ، ألا يكون أولادها فى قائمة أولوياتها ولا زوجها ولا قيم المجتمع، أن تكون كيانا مستقلا عن أسرتها، تمارس دور الأم لأنها لابد أن تكون أما أمام المجتمع ولكنها منسحبة أمام مسئولياتها ، بل قد تعتبر أن الأمومة قيد لطموحها ولحياة

ترغب أن تحياها فتستبدل أمومتها بخادمة تلبى احتياجات أولادها .

أن يتحول زوجها لمجرد ممول لاحتياجاتها ، وألا تستطيع أن تقوم بدور الداعم المعنوى له ، لأنْ الرجل مهما بلغت قوته النفسية أو حتى المادية يحتاج لامرأة يلجأ إليها بعد يوم متعب من العمل ، امرأة تقدر مجهوداته مهما كان وضعه المادى ومهما كانت قيمته الاجتماعية ، فإذا أصبح جل اهتمام المرأة ذاتها وسعادتها الخاصة لن توفر للرجل هذا الدعم الذى يحتاج له.بحكم تركيبته النفسية والسيكولوجية مما ينتج عنه أسر هشة تستمر بدافع الضرورة والواجهة الاجتماعية ولكنها لا تُنتج أبناء أصحاب شخصيات مميزة ومؤثرة .

حضارة المرأة هى أن تكون ذاتها كأنثى وأن تعى دورها كداعم للرجل ، وأن تحقق ذاتها بأى مجال ترغب به دون أن يكون أولادها من يدفعون ثمن هذا الطموح ، فما الجدوى من نجاح امرأة وقد قدمت للمجتمع أبناء يعانون الفشل النفسى والمعنوى وانعدام الثقة بالنفس لأنها لم تدعم بهم هذه الثقة منذ البداية. حضارة المرأة هى أن تعى بأن فترة نمو الإنسان

هى الأطول من بين كل المخلوقات وبذلك فهى المسئولة عن إعداد إنسان وتقديمه للمجتمع بقيم صحيحة وبشخصية متوازنة وبعقلية نيرة وذلك لا يكون دون أن تدرك مدى أهمية دورها وخطورته. حضارة المرأة هى أن تكون لزوجها الداعم المعنوى ، المشجع المساند مهما كانت قيمة هذا الرجل ، فقيمته الأولى بالنسبة لها هى أنه زوجها وأى قيمة أخرى تأتى فى مرتبة تالية . حضارة المرأة هى أن تدرك أنها حاملة رسالة عظيمة سواء كانت تعمل أم لا ، أن تحرص على أن تكون أسرتها أسرة متماسكة نفسياً ومعنوياً فى زمن معاصر يبدو أكبر تحدٍّ به هو التماسك النفسى والمعنوى . حضارة المرأة ليست هذه الإعلانات والموديلات والكريمات وعمليات التجميل وكل ما يجعل الجسد أجمل على حساب روح منطفئة لا تعلم هدف وجودها بهذه الحياة أو عقل يعمل لأجل رغبات مادية تاركاً خلفه كل معانى الحياة الحقيقية والعميقة.

لقد وصف الله تعالى سيدنا إبراهيم عليه السلام بأنه أمة لاجتماع كمال الصفات به ، وكل امرأة يمكنها أن تكون حضارة قائمة بذاتها بكمال صفاتها أو بسعيها لهذا الكمال ، وهذه الحضارة الحقيقية لم توجد فى زمننا الحالى فقط بل

كانت على مدار كل العصور وأجمل النماذج لحضارة امرأة هى أم المؤمنين خديجة رضى الله عنها، فلتتوقف كل امرأة منا للحظات ولتنظر حولها ثم تراقب ذاتها وتتأمل ما وضعته لنفسها من قيمة عليا لتدرك أى حضارة قد اختارت. وهذه الحضارة لابد أن تسعى لها المرأة حتى ولو تفلت الرجل من مسئولياته لأنها حين تربى ابنها لابد أن تدرك بأنها لا تربى ابنها فقط بل رجلا قد يكون ذا شأن وذا قيمة بغض النظر عن تخلى الأب عن دوره أو انسلاخه عن رجولته.

يوميات امرأة غربية

اسمها جاكلين ، أو أى اسم آخر ، تستيقظ فى الخامسة صباحاً ، تصطحب ابنها للروضة ثم تركض باتجاه القطار ، وحين يصل القطار إلى المحطة الأخيرة تستقل الترام ثم تركض باتجاه عملها ويستغرق هذا منها حوالى ساعتين بين المواصلات ثم لابد أن تمشى لمدة نصف ساعة كى تصل إلى عملها .

تعمل من الساعة الثامنة صباحاً حتى الساعة السادسة مساءً ، لديها استراحة غذاء لنصف ساعة فقط .

حين تعود لبيتها فى المساء لابد أن تستقل أيضاً الترام ثم القطار فتصل إلى بيتها فى الساعة الثامنة مساء ، ثم تذهب إلى الروضة لكى تعود مع ابنها إلى البيت ، تشعر بالإرهاق الشديد ولكنها لابد أن تحضر له الطعام وأن تعتنى به لأنها لا تراه كثيراً، بالكاد أن تُطعمه وأن تأكل طعامها ثم يذهب كلاهما إلى النوم بانتظار يوم آخر من العمل.

تربى ابنها وحدها ، لقد أنجبته دونَ زواج ، فقد رفض صديقها الزواج لأنه لا يريد التزامات الزوجية ، وحين وجد امرأة أخرى تركها ورحل دون أن يقول كلمة واحدة. سجلت

ابنها باسمها حيث إن القانون يسمح بذلك ، ولكنه حين يسألها أين أبى لا تدرى بماذا تجيب ، فتقول له بأنه مسافر وسوف يعود يوماً ما وحين تعب من الانتظار توقف عن سؤالها عن والده . أصبح لها صديق آخر ، وتحاول إقناعه بكل الطرق أن يتزوج بها ولكنه متردد ولا يرى أى جدوى من الزواج وحتى لو ألحت عليه بالزواج ، قد يغادر ويجد عشرات النساء غيرها ، فتصمت كى يبقى على أمل أن يتزوجا يوماً ما ، وتفكر بأنه على الأقل لديها ابن فى حين أن عدة صديقات لها لم يعدن يتمكن من الإنجاب لأنهن فضلن الطموح المهنى على أن يكن أمهات وحين رغبن بذلك كان الوقت قد تأخر .

هى المرأة الغربية ، الأكثر حرية على وجه الأرض ولكنها ورغم هذه الحرية لا تشعر بالأمان ، تخاف حين تعود إلى بيتها فى المساء أن تتعرض للاغتصاب ، تخاف ان تتوقف عن العمل فمن سوف ينفق عليها ، فحتى إعانة الدولة للعاطلين عن العمل لا تستمر أكثر من بضعة أشهر وما تدفعه الدولة لابنها بالكاد يكفى مصاريفه اليومية ، وإذا لم تجد عملا فسوف تكون مُهددة بأن تكون بلا مأوى حين تنتهى مدة إعانة

الدولة لها ولن تستطيع الذهاب للعيش عند أهلها لأنهم لن يقبلوا بأن تعيش معهم . تستطيع أن تُقيم أى علاقة مع أى رجل ولكنها وبصعوبة شديدة يمكن أن تكون زوجة رجل ما ، وحتى لو تزوجت سوف تشعر دائماً بالقلق بأنه سوف يخونها مع أخرى لأنه لا شيء يمنعه من الخيانة ، النساء فى كل مكان وهن أيضاً لا شيء يمنعهن من الخيانة . تنظر إلى حياتها المُرهقة والمُتعبة وتشعر برغبة شديدة فى النوم فى كل يوم ولكنها لا تستطيع لأنها لن تجد ما تأكله إن توقفت عن العمل ، زملاؤها فى العمل من الرجال يتم ترقيتهم بصورة أسرع ومرتباتهم أعلى من مرتبها رغم أنها بنفس العمل منذ سنوات ، أحياناً تشعر أن مساواتها مع الرجل ليست سوى أضحوكة اصطنعها الرجل لنفسه كى يحصل على كل ما يريد من المرأة ولا يمنحها إلا القليل ، وحتى القوانين التى حمتها ومنحتها نصف ما يملكه بحال الطلاق لم تمنحها الأمن الداخلى كامرأة ولا لأولادها ، فهى دائماً بحالة قلق وتوتر ، بسبب الضغط بعملها وبسبب خوفها من التقدم فى السن ولم تجد بعد مسكناً تمتلكه ، ولا تزال تُربى ابنها وحدها ، وترى أن المستقبل لن يكون غير هذه الصورة . الحلم الوحيد لديها

هو عطلة نهاية الأسبوع ، حيث تستطيع أن تنام ، ثم تذهب مع ابنها للتسوق لبقية الأسبوع ، وتعود للبيت للتنظيف ، ثم تخرج مع ابنها وصديقها للترفية ، تنتهى عطلة نهاية الأسبوع بسرعة البرق ، ثم تعود أيام الأسبوع الشاقة والمتعبة ويعود ابنها إلى الروضة من جديد ، بعد سنة سوف يلتحق بالمدرسة وسوف يعود قبلها إلى البيت ، سوف يبقى لساعات وحده فى المنزل ، تفكر أحياناً بذلك وتشعر بالقلق لأنها تعلم بأنه سوف يدرس وحده ويأكل وحده ويشاهد التلفاز وحده إلى أن تعود ثم يأكلان ويناماان . لم يعد لديها من حلم سوى بعضاً من الراحة والنوم حين تتقاعد ، أصبح التقاعد حلما تنتظر أن يأتى ولو بعد سنوات ؛ وحين يأتى التقاعد يكون ابنها قد بدأ حياته ولا تدرى إن كان سيأتى لزيارتها باستمرار أو خلال أعياد الميلاد فقط ، ولا تدرى هل حين تكبر فى السن سيعتنى بها أم سيضعها فى إحدى بيوت العجزة . هذه هى حياة جاكلين وحياة الآلاف مثل جاكلين .

هذه ليست يوميات خيالية ، بل حياة العديد من النساء فى الغرب ولا يعنى هذا أنه لا توجد نساء سعيدات ولكن هذا وصف لحياة شريحة واسعة من النساء الغربيات ؛ وحيث إن

الإعلام الغربى قد سلط الضوء على سلبيات حياة المرأة فى العالم العربى فلابد للإعلام العربى أن يستيقظ ويسلط الضوء أيضاً على سلبيات حياة المرأة فى الغرب ليس على سبيل النقد بل على سبيل الموضوعية فى الطرح ولكى لا تكون الحياة الغربية هى النموذج الأوحد والأفضل لكل جنسيات وانتماءات هذا العالم.

النساء فى الغرب يمتلكن كل الحرية ولكنهن يعشن فى انعدام الأمن الداخلى و العاطفى والنفسى ، تم منحهن كل الحقوق ولكنهن فقدن شعور الرجل بالرغبة بحمايتهمن ، فأصبح القانون هو الأب والأخ والزوج والابن ، ولكن القانون لا يمنح دفء الأمان والاستقرار ، القانون لا يجعل الرجل يشعر بانتماء المرأة إليه وأنه مسئول عنها وأنها جزء من كيانه .

لابد للمرأة العربية أن تُعيد نظرتها للأمور قبل أن تتحول لنسخة غير أصلية للمرأة الغربية ، لقد تم استيراد مشاكل المرأة الغربية ، تم استيراد أفكارها ، تم استيراد روح القوانين الغربية حتى ولو لم يتم تطبيقها ، لذلك تتجه المرأة العربية ببطء ولكن بخطورة لأن تكرر النموذج السابق تحت

شعار الطموح والحرية والاستقلالية ، تحت شعار الانسلاخ عن وصاية الرجل ، والخطورة تكمن بأن هذا الانسلاخ لا عودة منه ، فحين تتبنى المرأة العربية ثقافة الحرية والاستقلال وتمضى حياتها وفقها لا يمكنها العودة من هذا الطريق لأن الرجل يفقد كل رغبة بأن يستعيد حياته مع امرأة تعتبره قيدا وسجنا لطموحها ولمشاعرها . لابد للمرأة أن يكون لها طموحها واستقلاليتها ولكن ليس بهدم أساس علاقتها بالرجل ألا وهى الحماية والانتماء. أسئلة تطرح نفسها ، كم فتاة عربية تعمل لساعاتٍ طوال تتمنى لو أنها تتزوج وتستقر وتتوقف عن العمل وأن لا يتم استغلالها بصور متعددة ؟

كم فتاة عربية اختارت الطموح ورفضت الزواج تقليداً لنموذج غربى براق وحين مضى قطار الزواج وفرصة الإنجاب أدركت حجم الوهم ومأساويته؟ يمكن للمرأة أن تعمل وأن يكون لها طموح ولكنها لابد أن تدرك وفى كل مراحل حياتها بأن الرجل هو الحامى وهو المساند لها وأن ثبات كيانها يُستمد من انتمائها إليه ورعايته لها . كل قوانين الأرض لا يمكن أن تمنح أمنا أسريا دافئا وقائما على أسس دينية سليمة ، كل قوانين الأرض لا تمنح محبة وانتماء للآخر . وإذا

كان دور القانون أن يمنح الحقوق مقابل تسهيل تدمير العلاقات والأسر فهو بذلك قد فشل بدوره الأساسى ولابد للأفراد من الحذر منه عوضاً عن اللجوء إليه.

لابد للمرأة العربية أن تقدر ما منحه الله تعالى لها من كرامة وأمن، وأنها عزيزة على أهلها وزوجها ومجتمعها ، لابد لها أن تحمد الله على هذه الرعاية وهذه الحماية ، حتى ولو وُجدت بعض السلبيات فهى ليست بحجم الخوف من الحياة والقلق على الوجود مثل واقع المرأة الغربية . يمكن لأي منا أن يتغنى بما حققته المرأة الغربية من حقوق ولكن كلا منا يعلم أنها دفعت ثمن هذه الحقوق من إنسانيتها وأمنها واستقرارها الداخلى كأنثى تبقى دائماً وأبداً بحاجة لحماية الرجل عبر شعوره بالمسئولية تجاهها لا عبر شعوره بأنها ند له .

لا تكن مقاتلاً وأنت لا تعلم

أن تكون مقاتلاً وأنت لا تعلم هو أن تنتظر الأحداث من حولك ، تباغتك تنتصر عليك أو تنتصر عليها ، تصارع لأن الصراع مفروضٌ عليك ، تمضى فى الحياة دون أن تتوقع هذه المعارك غير المتوقعة ، فتتصدى لها بما لديك من مقاومة وبأسلوب مواجهة الموقف لا بأسلوب توقع الموقف . أحد أخطائنا الجسيمة هو أن نعتقد أن الحياة مركب يطفو بهدوء على سطح بحيرة عذبة ورقراقة وننسى أو نتناسى أن فى كل موقف فى الحياة هناك صراع مع الآخر ، مع الذات ، مع الحياة ، مع ما نمتلك وما لا نمتلك ، وحين نفشل ينتابنا الحزن والإحباط أو الغضب والحقد ، ذلك لأننا لم نبن أفكارنا على أن الحياة هى مجموعة تحديات تتوالى بها الانتصارات و الهزائم .

فماذا لو كنت مقاتلا وأنت تعلم أنك مقاتل ؟ ماذا لو هيأت نفسك وفى كل وقت لتحدٍ جديد ؟ ليس بمفهوم الصراع ولكن بمفهوم الوعى بالحياة وبحكمتها وأنها ليست سعادة دائمة ولا تعاسة دائمة ، لأنه حتى بأعماق السعادة هناك جزء

بسيط ودفين من التعاسة، هناك ثمن تم دفعه أو سيتم دفعه ، وحتى بأعماق التعاسة هناك جزء بسيط ودفين من السعادة ، لما تم دفعه وثمن ما تم دفعه ، لأن الحياة ليست مكتسبات مادية فقط بل مكتسبات معنوية ، فكرية وعاطفية ونفسية ، ومهما تراكمت المكتسبات المادية لن يتم التمتع الحقيقى بها دون مكتسبات معنوية ، لأن ما هو مادى رغم أهميته فإن الاستمتاع الحقيقى به لا يكون إلا على أساس معنوى من التقدير والفهم والمعرفة العميقة بأن الله هو العاطى والوهاب .

حين تكون مقاتلا وأنت تعلم أنك مقاتل ، تعلم تماماً أين أعداءك لأنك بحثت عنهم حتى فى أقرب الناس إليك ، حين تكون مقاتلا وتعلم أنك مقاتل لا تسمح لأحد بخداعك ولا بالاستخفاف بذكائك ، حين تكون مقاتلا وتعلم أنك مقاتل تتحول حياتك إلى عالم من الحيوية لأنك وفى كل يوم تتسلح بالصبر والإصرار والشجاعة وعدم التنازل ، حين تكون مقاتلا وتعلم أنك مقاتل ترسم هدفا ساميا لكل معاركك ولا تقود معارك عظيمة لأجل أهداف دنيئة ، حين تكون مقاتلا ترى الحياة بحجمها الحقيقى وأنها ذلك المزيج من الصعب والسهل، ومن المستحيل والممكن، من الحب واللاحب ، من

التغيير فى كل ما حولك ، حين تكون مقاتلا وتعلم أنك مقاتل تعلم تماماً أن من يحبك اليوم قد يتوقف عن حبك غداً بل قد يحقد عليك، وتمنح الحب للاتساع الإنسانى فى روحك وليس لهدف ما ، تمنح الحب لأنك تشعر بالسعادة لمنحه وليس لانتظار مقابل ما ، حين تكون مقاتلا وتعلم أنك مقاتل تنظر للحياة بنظرة الكريم والنبيل لا بنظرة البخيل والوضيع ، لأن المعارك لا يربحها إلا أصحاب الصدور الجسورة الشجاعة والنبيلة .

وحين تكون مقاتلا وأنت لا تعلم ذلك تغلبك الأحداث لأنك لم تعد العدة لما سيأتى ، استكنت لحياة لا تهدأ ولا تستكين ، منحت ثقتك لمن يمكن أن يخونها بأى لحظة ،

اعتقدت أن الحياة هى ذلك المركب الهادىء على موج من السكون ولم تحمل أسلحة المقاومة والصبر والإصرار وفضلت البكاء على الأطلال عوضاً عن البناء فوق الدمار ، حين تكون مقاتلا وأنت لا تعلم لن تفرض الانتصار على أحد ولكن القدر قد يختاره لك وقد لا يختاره لك ، أى أنك فى مهب المصادفة والحظ . وحتى لو حالفك الحظ أو المصادفة تعلم أنه لم يكن لشجاعتك ولكن لأنه قدرك .

الحياة ليست حلبة صراع ، ولكنها حتماً ليست مكانا آمنا، خصوصاً حين لا يحمل الإنسان فى عقله وصدره وقلبه التصميم والإرداة والمضى قدماً ليس انتظاراً للسعادة ولكن تحقيقاً للذات مهما كان هدف هذه الذات بسيطا وصغيرا ، حين ننظر للحياة بأنها بهذه الجدية وبهذا التحدى وبهذه الروعة تختلف كل مفاهيمنا تجاهها ، حتى الكآبة تختفى لأن أساس الكآبة هو التوقف عن المقاومة وانتظار المصادفة أو الحظ ، جمال الأهداف ليس بتحقيقها ولكن بذلك السعى الدؤوب والجدى والمنظم لتحقيقها ، وعدم التوقف عند هدف صغير وبسيط بل السعى دائما لأهداف أخرى متجددة وعميقة، والأهم من تحقيقها هو أن تكون بما أراده الله تعالى للإنسان من عزة وكرامة وقوة .

أحقّ المخلوقات بالرفق هو نفسك...

إنك إن لم تترفق بذاتك لن تترفق بمن حولك ، من يقسو على ذاته لأجل الآخرين ويفخر بهذه القسوة ينتهى بأن يكره ذاته التى ظلمت ويكره من حوله لأنهم كانوا سبب القسوة على الذات. التضحية مفهوم جميل ، وتمت تنشئتنا جميعاً على احترام هذا المفهوم واعتباره حجر أساس فى المجتمع ، ولكن بجانب هذه التضحية كم من ضحايا انسحبوا من الحياة ، انسحبوا من السعادة ، انسحبوا حتى من ذواتهم ليمكثوا فى ركنٍ صامت اسمه التضحية لأجل الآخر .

هناك نوعان من التضحية ، تضحية فاشلة وتضحية ناجحة ، التضحية الفاشلة هى أن تمنح الآخر كثيرا من وجودك ، حتى لا يتبقى لك شيء لا لذاتك ولا لمن حولك ، التضحية الفاشلة هى أن تُعطى وبنفس الوقت تعاتب من أعطيت ومن ضحيت لأجله وتذكره فى كل وقت بتضحيتك المقدسة والتى لا يجب أن تُنسى . التضحية الفاشلة هى أن تتذكر الجميع وتنسى نفسك ، وتعود بنهاية اليوم خاوى الروح والشعور ، لأنك أهملت هذه النفس التى لا تستطيع أن

تمضى فى الحياة ككبش فداء للآخرين ، ففى العطاء غير المحدود هناك استخفاف خفى وصامت من قِبل من يُقدم له هذا العطاء ، لأنه يأخذ ولا يقدم شيئا وكل ما يُقدم بشكل مجانى يفقد قيمته حتى ولو كان ذهباً .

التضحية الناجحة هى أن تضحى لأجل الآخر بعد أن تكون عقدت معاهدة مع نفسك على أن لا تتجاهلها ، أن لا تستصغرها ، أن لا تُهملها ، وأن تمنح من ذاتك بعد أن يتم إشباع حاجات النفس ولو كانت الحاجات الأساسية ، وأشد الحاجات إلحاحاً للنفس للإشباع هو التقدير ممن حولها ، فكيف لك أن تضحى وتقدم لمن لا يقدر تضحيتك أو عطاءك ؟ إنك بهذا العطاء تسحق ذاتك وتجعل نفسك تمتلىء بالكره فتتحول التضحية إلى ألم لا تطيقه النفس .

ترفق بنفسك لأنها رفيقتك الأمينة طوال هذه الحياة ، ترفق بها لأنها تتعب وتُرهق من أعباء الحياة ومن الجحود ومن الغدر ومن اللؤم ومن الخيانة ، ترفق بها لأنها وحيدة بلحظات الضعف والمرض والعزلة ، ترفق بها لأنها هى من تمنحك القوة للاستمرار ، لأنها هى من تقول لك بصوتٍ حنون أن تنهض كل يوم وتبدأ يوماً جديدا ، ترفق بها لأنها

مستودع أسرارك الثقيل منها والخفيف ، وهى حاضنة لمشاعرك ، فكيف لك أن تمضى بهذه الحياة وأنت تقسو عليها، تتجاهلها ، بل تنبذها، كيف لك أن تمضى بهذه الحياة وأنت لم تمنحها حقها من التقدير ، كيف لك أن تمضى بهذه الحياة وأنت تحمل حجراً صلداً بصدرك ، ثم تقدم للآخرين الزهور والكلمات اللطيفة حتى ولو لم تكن تحبهم .

الرفق بالذات هو أن تدرك أن أشد إنسان بحاجة للرعاية هو أنت، ثم تبدأ بالاهتمام بالآخرين ، هذه ليست أنانية ولكنها الطريقة الوحيدة لكى تحيا حياة كريمة جميلة ويجد كل من حولك الظل الوارف بجانبك ، لن يسعد الآخرون بوجودهم مع إنسان هش ومُهمل لذاته مهما قدم لهم من تضحيات ، لن يشعر من حولك بالأمن والاستقرار بجانبك إن كانت ذاتك قلقة ومُتعبة وترتجف عند أبسط المواقف ، لن يسعد من حولك مع إنسان يبدأ يومه بمعاتبة نفسه وينتهى اليوم لديه بالحقد على من أساء له أو أنكر معروفه. معادلة الوجود بسيطة ولكنها أيضاً شديدة العمق والدهاء، نحن جميعاً نحيا فى مركب واحد ولكن كلا منا يرغب أن يكون فى المكان الدافىء من المركب ، حيث تشرق الشمس ، وكذلك كل منا يرغب أن

يكون مع من يمنحه الدفء والطمأنينة والثقة ولكن كيف ستتوافر هذه الصفات بإنسان أهمل ذاته ولم يترفق بها . الرفق بالنفس يعالج اللؤم ، يعالج الجفاء ، يعالج البخل ، يعالج الحقد ، لأن معنى الرفق بالنفس هو أن تُبعد عن هذه النفس كل هذه المشاعر الخانقة والمُسممة لها ، ثم أن تبنى معها أسوارا من المودة والرحمة والمحبة لتحميها أولاً ثم ليستظل بظلها الآخرون من حولها . ضع يدك على صدرك كل يوم وترفق بهذه النفس التى يُتبعها الجسد وتُرهقها الأفكار وتسيطر عليها المشاعر ، واهمس بها حين يحل الظلام : " الحمد لله على كل شىء ، وإن شاء الله سيكون الغد أجمل ."

المرأة والبحث عن الذات...

هل المرأة هى تلك الصورة الجميلة المعروضة فى المجلات النسائية؟ هل المرأة تلك الفتاة الجذابة التى تلفت الأنظار ؟ هل المرأة موضوع إثارة متواصل ومسترسل على مدار العصور والأفكار؟ هل المرأة هى ذاتها أم هى ما أراده الرجل لها وصدقته هى بكل إرادتها ورغبتها؟

المرأة هى ذلك الجزء الآخر من الإنسانية بمعاناتها ، بوحدتها وبخوفها من الحياة ومن ضعفها. المرأة هى ذلك الجزء الآخر من الحياة بجمالها وشقائها وبكونها أحيانا كثيرة حاملة مسئولية حياة بأكملها خارج بيتها وداخل بيتها. المرأة هى ذلك المخلوق الذى تلتفت له الأبصار بشبابها والذى يُترك خلف القافلة بشيخوختها . المرأة هى ذلك الوجة الآخر للحياة الذى تُحييه كلمة حنونة وتقتله كلمة جافة وقاسية ؛ وقد تكون سبب كل المعاناة وسبب أى دمار .

أى أنها ليست ما صورته لها المجلات النسائية والروايات، وفى زمننا المعاصر تدرك أنها لم تعد مجرد صورة جميلة وأنها لابد أن تكون أكثر من صورة جميلة ، ولكنها ورغم

إدراكها لذلك ورغم ادعاء المجتمع بأن جمالها ليس أهم ما بها إلا أن هذا الجمال لا يزال الخيل الأول فى السباق الذى تتم المراهنة عليه. أى أنها وفى جميل الأحوال فى سباق محموم أمام جمالها وعقلها وقلبها ونفسها فأين هى من هذا السباق المتعدد النهايات؟

لابد أن يكون لها مكانٌ واحد فى كل هذه البدايات والنهايات ، أن تكون ذاتها بجمالها ببساطتها بل وبسذاجتها، أن تتوقف عن مواكبة السباقات التى يرسمها لها المجتمع تارة ثم يرسمها لها الرجل تارة أخرى ، فهى جذابة إن كانت رشيقة ، ومثيرة إن كانت ذكية ، ولافتة للأنظار إن كانت جميلة ، ومنفرة إن كانت قبيحة، ولكن وحين نبحث من بين كل هذه الصفات نجد فى أغلب الأحيان ذاتا تائهة عن ذاتها لأنها تدور فى أفلاك الآخرين.

ولكن إدراك المرأة لذاتها ليس بالأمر البسيط رغم بساطة المفهوم ، لأنه يتطلب مخزونا ثقافيا ونفسيا وفكريا ، وهذا المخزون لايمكن امتلاكه إلا بأن تخلع المرأة عن نفسها أنها فقط أنثى وأن تنتمى بفكرها للعالم الواقعى لا بانعكاس صورتها الأنثوية بل بانعكاس صورتها الإنسانية وهو ما

يحررها من أوهام كونها امرأة وأنها لن تكون مقبولة إلا إذا كانت تلك المرأة أو هذه المرأة. إن انسلاخ المرأة عن مفاهيم متعمقة الجذور فى المجتمع وفى نفس الرجل وفى نفسها هى أيضاً يفتح لها آفاق إيجاد الذات ، وذلك ليس بمعنى التحرر من تقاليد المجتمع بل تحرر فكرها من صورة مُستنسخة متكررة بالية وقديمة عن ذاتها وقد تم تحسين هذه الصور بما يتناسب والحياة المعاصرة ولكن حتى هذا التحسين لم ينجح فى أن تجد المرأة ذاتها .

حتى فى الغرب ، لم تنجح كل النساء هناك بإيجاد الذات فهن لا يزلن فى سعى محموم نحو الجمال ، نحو النجاح ومنافسة الرجل، نحو إثبات الذات المادية لدرجة استنفاد إنسانيتها .

أن تكون المرأة ذاتها هو أن تتوقف قليلاً وتنظر عبر نافذة حياتها بهدوءٍ وتروٍ وتسأل نفسها هل أمارس ذاتى أم أمارس أدوارا تم رسمها لى؟ هل أنا موجودة لإرضاء رجلٍ ما أو استجداء حبه ورضائه أم أنا موجودة لأن الله خالقى أراد أن أحقق رسالة سامية بهذه الحياة مهما كانت بساطة هذه الرسالة؟ هل توجد الثقة هنا بداخلى أم أنتظرها من الآخرين

عبر كلمة أو نظرة ؟ هل أشعر بالفراغ والضياع حين لا يهتم بى زوجى أو أبنائى ؟ هل أنا ذاتى أو أنا جـــزء من ذوات الآخرين؟ هل أنا حرة الروح أم خاضعة لعبودية منظومة اجتماعية طويلة رسمت لى أهدافى ورغباتى ونهاياتي؟

إن أسمى وأرقى حالات الإنسانية هى المعرفة العميقة للذات ، معرفة أن كل إنسان منا خُلق لأجل هدفٍ نبيل مهما كان شكله الخارجى ، مهما كان مستوى قدراته العقلية ، مهما كان دينه أو جنسه. إن تأطير وجود المرأة بمفاهيم الجمال والذكاء والإثارة والجاذبية والأمومة هو سجنها الحقيقى لأنها بجانب كل هذه المفاهيم تمر فى الحياة متجاهلة أو جاهلة لإنسانيتها الرائعة التى خلقها الله تعالى أوسع من كل مفاهيمنا الضيقة. إدراك الذات والوعى بها مهمة صعبة لأنها عملية طويلة الأمد من التأمل والثقافة ومحاسبة الذات قد تمتد لسنوات من حياة امرأة تريد أن تدرك فعلاً قيمة وجودها ، ولكنها بنفس الوقت قد تكون عملية بسيطة وهى أن تنزع عن نفسها كل القشور التى ألبسها إياها المجتمع وأن تنظر إلى جوهر الأمور بكل حياتها ، فإن الأنوثة لا يجب أن

تكون مبررا للسطحية ولا للأخطاء ولا لهدر الكرامة. والمفارقة الصعبة هى أن امرأة لا تدرك ولا تعى ذاتها من الصعب أن تُنشئ أجيالا مميزة وصاحبة قيمة عليا فى الحياة ، لأنها المرأة الأم وهى الحاضنة والمعلمة الأولى لجميع الأجيال القادمة ؛ من الصعب على امرأة لا تعى ذاتها ودورها وإنسانيتها فى الحياة أن تزرع هذه المفاهيم بأولادها ، لذا ومثلما اهتمت المرأة بجمالها الخارجى لابد أن تستيقظ وتوقظ جمالها الداخلى ، لأن جمالها الداخلى هو الجمال الوحيد الذى لا ينعكس عليها فقط بل على المجتمع بأسره.

لأجل شيء من الحب ،هل تضحين حتى بحياتك !

تحدثت الكثير من المقالات والكتب عن اضطهاد الرجل للمرأة، ولكن ماذا عن اضطهاد المرأة لذاتها ! صورة حديثة من الصور الصعبة لاضطهاد المرأة لذاتها والتى لا تتحدث عنها وسائل الإعلام بشكل كافٍ وتتجاهلها المجلات والكتابات النسائية ، ولا يلمح لها الرجل فى كثير من أعماله الأدبية .

إنها عمليات التجميل التى أصبحت عمليات حياة أو موت ، يغلف الصمت النتائج الفظيعة لهذه العمليات ، والتى يتم إجراؤها كهدية لإرضاء الرجل واعتراف من قبل المرأة بأنها لم تعد تلبى رغباته ، لم تعد جميلة ، لم تعد رشيقة ، لم تعد كما يرغب ، تخشى أن يتزوج أخرى أجمل وأكثر رشاقة وأصغر سناً ، إنه اضطهاد للذات عبر المحاولة المستميتة وبأى ثمن لإرضاء الرجل وهو قد يكون رجالا يرضيه أى شىء ، كل ما يرغب به هو التنقل من علاقة إلى أخرى رغم وجود زوجته بجانبه ، أو رجلا لم يعد يحب زوجته فيبحث عن كل الذرائع كى يخبرها ضمنياً بأنه لم يعد يرغب بها ، وفى كل الحالات والأحوال ، هى تدفع ثمن هذا الاسترضاء المتواصل بأن تخضع لعمليات لا حصر لها تُسمى عمليات تجميل وهى عمليات قد تكون خطيرة على حياتها وتهدد

مستقبل أبنائها بموتها أو إصابتها بعاهة دائمة ، ورغم كل جهودها ، هو لن يعود لأنه يعلم أنها ليست هى بل نسخة مُحسنة مما ترغب هى به ومما يراقبه هو بحذر .

ورغم أن جميع الدراسات الاجتماعية والنفسية تؤكد أن حب الرجل للمرأة لا يرتبط بالمظهر الخارجى فقط بل بجمالها الروحى وبثقتها بنفسها فإن المرأة فى سعى محموم للحصول على هذا الرضاء الكامل أو الجزئى ، وهذا لا يقتصر على النساء المتقدمات فى العمر بل الأغرب هو خضوع شابات فى مقتبل العمر لهذه العمليات لأسباب لا حصر لها .

يبدو أن الإنترنت والتلفاز وتدنى الوعى بالذات وتجاهل القيم الدينية التى حذرت من الاهتمام المفرط بالجسد وبالمظهر جميعها عوامل ساهمت فى اتساع المقبلات على إجراء هذه العمليات دون أى حساب لنتائجها طويلة أو قصيرة الأمد.

حين يصبح المظهر أهم من المضمون ، وحين تصبح القيمة الجمالية للجسد فقط ، وحين تتقلص مساحة الفكر والجمال الروحى لابد أن يحتل الجسد مساحات من وجود الإنسان ، وهى مساحات مؤقتة وضيقة مهما اتسعت لأنه مجرد جسد له عمر محدود صحياً وجمالياً ، ونحن لم نُخلق لأجل جمال جسدى بل

لقيم عليا تجعل حتى المظهر الخارجى أكثر جمالاً وشفافيةً. وهذا لايُقلل من أهمية الشكل الخارجى فالله جميل ويحب الجمال ، ولكن حين تُقاس أمور كثيرة بمقياس الجمال الخارجى وتُعرض أم حياة أبنائها بحاجة لها للخطر لأجل الجمال الخارجى ، وحين تنشب المشاكل فى الأسر لأجل عمليات تكلفتها باهظة وترى الزوجة أنها ضرورية ، وحين تعتقد أى فتاة أن قيمتها الحقيقية تكمن فى جمال لا يشوبه شائبة ، فلابد أن نتوقف قليلاً ، ولابد أن نقول لهذه الأم بأن حياتها ليست ملكاً لها فقط بل إن أسرتها تحتاج لها وتحتاج لها وهى بصحة جيدة وليست جميلة ولكنها عاجزة عن الحركة.

والمفارقة الغريبة هى أن عمليات التجميل تترك دائماً أو غالباً المرأة التى أجرتها بحالة تساؤل وشك حول ذاتها وحول جمالها ، أى أنها ورغم إجراء العملية تبقى أيضاً بحالة القلق والتردد والشك . حين يحب الرجل المرأة يحبها لأجل ذاتها ، وإن توقف عن حبها فلابد أن تدرك المرأة بأن هذا ليس نهاية العالم ، إن شعورها بأن الرجل هو المحطة الأولى والأخيرة نحو السعادة وأنها لابد أن تقدم كل التنازلات ولو كان الثمن صحتها أو حتى

حياتها فهذا نوع حديث من أنواع العبودية تكبل المرأة به نفسها وبكامل إرادتها.

حين يحب الرجل امرأة ما بشكل حقيقى يرفض أن تتعرض حياتها للخطر حتى ولو كان ذلك الشيء يحبه هو ، لأنه لو كان يحبها بشكل صادق لا يشترط شروطا سابقة ولاحقة لأجل هذا الحب ، حين يحب الرجل لا يرى عيوب المرأة بل يتجاهلها لأن هناك شيئا ما بداخلها يجعله لا يستطيع أن يكون بدونها وهذا الشيء لا تقدمه أى عملية تجميل على الأرض ، الحب معنى أسمى من الشكل الخارجى ، حتى أجمل النساء كى تبقى محبوبة لابد أن تمتلك قلباً دافئاً . وحين يتوقف الرجل عن حب امرأة ما لابد أن تتوقف هذه المرأة عن محاولاتها المستمية لاسترجاعه لأنه لن يعود إلا إذا أراد هو ذلك سواء تحولت لأجمل الجميلات أو بقيت بجمالها المتواضع.

عندما أخاف من الحياة

ليس لأنها مخيفة بل لأنها زائلة ، ولأن إنجازاتى بها قصور من صور، ولأن تشبثى بها تشبث الراحل بكل الأحوال، ولأنها ليست لى ولم تكن لمن قبلى .

أخاف من الحياة، لأنها ليست سوى جسر هش نحو مجهول آخر ، ولأن حجر الأساس بها التغيير وليس الثبات ، ليست مخيفة بل متغيرة ، متضاربة ، متناقضة ونحن بتفكيرنا العميق أو السطحى نريدها أن تكون ثابتة ، ولكنها تتغير فى أعماقها حتى ولو لم نرَ هذا التغيير على السطح .

ولكن الحياة تبدو مرعبة لم يعتقد بأنه لن يغادرها ، كل حساباته وأرقامه ومشاعره مرتبطة بهذا الكون الأرضى وينسى أو يتناسى وجود أكوان أخرى ووجود إله واحدهو الباقى وهو الدائم .

لا يختفى خوفى إلا بإدراكى بأن هناك خالقا لهذه الأكوان وليس للكون الذى أحيا به ، وأن ما لا تراه عيناى أوسع وأكبر مما تراه عيناى ، هذا الاتساع المحدود للسماء يجعلنى أتوقف ليس لدقائق بل لساعات لأسأل نفسى أين ينتهى هذا الكون السمائى هناك بعيداً ، وحين يمتد بصرى إلى ما

لانهاية أشعر بضآلة حجمى ثم أشعر بأننى حرة طليقة لهذه الضآلة ، فإن استعظام الإنسان لذاته أسوأ من الأقفال الصدئة ومن الزنازن الحديدية ، لأنه يضع نفسه فى سجن ذاته حين يراها عظيمة وفوق الحياة نفسها ، لأنه يرى نفسه عملاقا فى هذا الوجود ، فيتصرف حسب هذا الحجم الذى وضعه لذاته ، قد يعتقد أنه ينال ما يريد بهذا الشعور ولكنه فى الحقيقة يسير مُثقل الروح والنفس بأوهام يستميت فى كل يوم لكى يجعلها تستمر ليوم آخر ، إنه هذا الصراع المحموم لحفظ المكانة والمنصب والمال ...

ولكن الكون السمائى لا يستقبل إلا من يصعد إليه بروحه وذاته وأفكاره وقبل كل شىء بضعفه واستصغار حجمه بهذه الحياة ، لذلك يبدو أن أولئك الذين يتجهون بوجههم نحو السماء شديدى الحرية ، شديدى الانسلاخ عن كل ما هو مادى، وشديدى النسيان لأى إساءة لأنهم مشغولون هناك فى العالم السمائى حين لا يرون انعكاسا للأرض ، بل انعكاسا لعوالم خفية شفافة تتسلل للأرواح والأجساد.

أخاف من الحياة ، ولكننى أخاف من كل الماديات التى اختزلنا بها الحياة ، ألا نرى السعادة إلا عبر ما نمتلك وما

نشترى ، ألا نرى قيمة الآخرين إلا عبر الملكية المادية ، ألا نرى فى الوجود من سعادة سوى قائمة من المشتريات والاحتياجات الضرورية أو الكمالية والأهم والأسوأ أن ندفع بالروح بعيداً تحت كل هذه الأكوام المادية ولا نعلم أن السعادة الحقيقية تأتى من هذه الروح الصامتة الشفافة .

لا أخاف من الحياة ، ولكننى أخاف أن أحيا بها وأرحل دون أن أفهم حقيقة وجودي.

يقول الله تعالى" وما خلقت الآنس والجن إلا ليعبدون" وهذه العبادة ليست الصلاة أو الصيام فقط، بل هى فى كل نفس يتنفسه الإنسان ، أن يُدرك أنه مخلوق وأن وجوده ليس سوى رحلة عبور لعوالم أخرى ، ألا ينسى أن الموت يرافقه ويرصده فى كل دقيقة من وجوده، ماذا لو رأى كل منا ملاك الموت رؤية العين فى كل يوم من وجوده إلى أن يقول له لقد حان وقت الرحيل ؟

إنه ليس مقالا دينيا ، بل مقال شديد الواقعية ، لأننى أنظر من حولى ، وأرى وجوهاً متعبة مكتئبة ليس لنقص المال بل لنقص هذا التواصل مع الروح عبر الإيمان بالله والتقرب

منه ليس بالعبادة الحسية فقط ، بل بالإدراك الواعى أنه لكل شيء محيط .

هذا العصر من أشد العصور ثقلاً على الروح البشرية ، لأنه فى هذا العصر تم تحريف وتحويل مفاهيم عميقة حول الوجود ليسْ نظرياً بل مادياً ، وساهمت جميع وسائل الإعلام والكتابات الروائية بإضفاء هذا الثقل على الروح ، فتبدو الأجساد متعبة رغم كونها فتية ، وتبدو النفوس يائسة رغم أنها تمتلك كل ما ترغب ، وتبدو الإرادة مشلولة لأنها لم تعد تنتظر الإنجازات البسيطة بل المعجزات العظيمة وخلف كل هذه الظواهر ذات تستعظم قيمتها ووجودها بهذا الكون.

أخاف من الحياة، حين يصبح من حولى مجرد مقتنصين للفرص ، مجرد جامعين للمال ، مجرد لاهثين وراء المناصب ، مجرد أصحاب بيوت وأسر ولكنهم,بانسلاخ عن أسرهم بل بانسلاخ عن مشاعرهم . أخاف من الحياة حين يصبح الحب كرهاً فى ليلة أو فى دقيقة ، حين تنهار قيم إنسانية أسست لسعادة الإنسان واستبدلها بقيم شكلية عقيمة ، وحين يصبح كل الوجود مجرد قشور جميلة نتغنى بلمعانها ثم لا تلبث أن تصدأ .

اللجوء لله تعالى ليس قيمة دينية فقط بل استمرارية فى الحياة ، واحة ظليلة فى يومٍ شديد الحرارة ، انسحابا من كل ما هو مادى وانعزالا مع الخالق الواحد الأحد بعيداً عن الآخر وبعيداً عن كل ما هو مادى ، نحن نقابل الله تعالى بهذا التجرد لذلك قد يبدو الموت هو الحرية المطلقة للبشر ، لأنه أُجبر على التخلى عن كل ما هو مادى حتى عمن يحب ، ولا يتبقى له سوى ما سكن فى عقله وروحه ونفسه خلال حياته ، فماذا لو شعر كل منا هذه الحرية المطلقة في كل يوم عبر الانسلاخ عن كل ما هو مادى حوله دون إجبار ولكن برغبته المطلقة ، أن يقابل الله تعالى بصمتٍ لدقائق ناسياً ما يمتلك ، ومع من يحيا ، وما هى مكانته ، يقابله عبداً من عباده وليس سيداً فى قومه ، كلا منا بحاجه لهذا اللقاء اليومى متجرداً عن كل ما يتوهم أنه يمتلك ،أى أن كلا منا لابد أن يموت ولو لدقائق فى كل يوم ، كى يدرك ما هى حقيقة هذه الحياة فخلال هذا اللقاء فقط يزول خوفى من الحياة ، لأننى خلال هذه الدقائق لا أمتلك شيئاً بها حتى روحى لم تعد لى .

علاقة حية بكرامة ميتة

نحن لا نحاول إبقاء رمق الحياة فى أجسادنا فقط ولكن بعلاقاتنا أيضاً ، خصوصاً حين تكون تلك العلاقة على شفا الموت فى كل لحظة وما يبقيها على قيد الحياة هو قتل الكرامة فى كل يوم . بعض العلاقات تستمر بهذه الصورة لسنوات ، علاقات مُدمرة ، مريضة ، سقيمة ولكنها لابد أن تستمر ، بعض هذه العلاقات تستمر لعدم وجود خيار آخر فيلتصق الشخص بالآخر لأنه مضطر لذلك خصوصاً بالنسبة لامرأة لا تجد مكانا آخرْ تذهب إليه أو لرجل لا يمتلك المقومات المادية لتغيير حياته ، فيكون الخيار الوحيد هو البقاء مع كرامة ميتة أو بالأحرى مقتولة .

هذه العلاقات يمكن تسميتها دون مبالغة بعلاقات قسرية لأنها لابد أن تكون ، ولأن الظروف تفرضها تماماً مثل قرار حكم قطعى ، ولكن التساؤل المر يثور حول علاقات يمتلك من تُمتهن كرامته أن يثور لهذه الكرامة ، ويقول كفى وينسحب دفاعاً عن وجوده النفسى والعقلى وليس الجسدى . لأن الدفاع عن النفس لا يكون جسدياً فقط ، إنها علاقات مريضة ومُدمرة لأن المشكلة بها ليست هدر الكرامة بل لأن الضحية

بهذه العلاقة يمارس الاضطهاد ضد نفسه ببقائه بهذه العلاقة، لأنه ببساطة يخاف أن يتركها ويعتقد أنها خياره الوحيد ، فيمكث بها على أمل أن يستعيد كرامته المهدورة ولو بعد زمن ، ولا يدرك أن الكرامة المهدورة على مر الأيام والسنوات تُضعف العقل والروح ، فلا يصبح لديه حتى القدرة على اتخاذ القرار بإنقاذ نفسه ؛ ولا يدرك أن استرداد الكرامة يعني استرداد كل جزء من العلاقة ، فإن لم ينجح فى استرداد كرامته فى العلاقة فحتماً سيسترد تقديره لذاته والذى هو أهم من تقدير الآخر.

فى زمننا المعاصر ، نعتقد وللأسف أن قوة الإنسان تكمن فيما يمتلك من ماديات ، ولكن الحقيقة هى أن قوته تكمن فيما يتحصن به من أفكار ومفاهيم حول ذاته بالدرجة الأولى ، ونحن فى مجتمعنا العربى لم تتم تربيتنا على إعلاء قيمة الذات ، تمت تربيتنا على شيء من التكبر بالاعتداد بالذات ولكن ليس إعلاء قيمة الذات، لأننا ربينا أولادنا خصوصاً خلال الثلاثين عاماً الأخيرة على أن قيمة الإنسان هى فيما يملك، فتم إهمال تأسيس الذات لدى النفس العربية، لذا نُقيّم أنفسنا دائماً إرادياً أو لا إرادياً بما نملك أو لا

نملك، وحين نتحدث عن البناء الذاتى الداخلى قد يسود الصمت لأننا لا نعلم تماماً ما المقصود بذلك .

البناء الذاتى الداخلى هو كل ما دعا إليه أنبياء الله تعالى بأن قيمة الإنسان بإنسانيته ، برحمته ، بتواضعه ، بعطفه ، بحبه لله وللآخر مهما كانت جنسيته أو حتى دينه ، وبحفظ كرامة الإنسان الذى خلقه الله تعالى بأحسن تقويم . إعلاء قيمة الذات هو الإدراك بأن لذات كل منا خط أحمر لا يجب أن يقترب منه أحد وهو خط الكرامة ، فإن لم يستطيع من تعيش معه أن يحترم حدود هذا الخط فلابد أن تنسحب أنت قبل أن يدخل بمساحة الممنوع من ذاتك.

يمكن للعلاقة دون كرامة أن تستمر ولكنها تصبح علاقة سامة يحمل كل طرف منها الكره للآخر، ولابد أن يأتى دور الانتقام لاحقاً سواء أكان انتقاما صريحا أو ضمنيا ، لأن سنة الله فى الوجود أن يُعاقب الظالم ، وكيفية عقابه تتنوع بحسب مشيئته بحكمته وإرادته .

والأسوأ من الضحية فى علاقة سامة هو من يضع السم ، ومن استعمل قوته فى الحياة لهدر كرامة من حوله والتمتع بألمه . مثلما يرتقى الإنسان فى أفكاره ومشاعره فهو أيضاً قد يتدنى بهذه الأفكار والمشاعر، وظلم الآخر وهدر كرامته مع العلم بضعفه ، هو الوجه الخبيث لإنسانية مشوهة وعقيمة.

أدوات الوهم

نعم ، الوهم له أدوات ، وبدونها لن يكون وهماً . أدواته هى عقد الماسى ، فيلا فى منطقة الأثرياء ، زوج ثرى ، صديقة من الطبقة المخملية ، زوجة حسناء ولا تهم صفاتها ، تفاخر باحتقار الآخر ، انتصارات وضيعة فى معارك لا علاقة لها بالقيم ولا بالحقوق ، الكذب على مدار الأيام والسنين ، الخوف من قول الحقيقة ليس لبشاعتها فقط بل لأن من يحملها يفتقر لأبسط معانى الشجاعة ، والأسوأ هو الكذب على الذات قبل الكذب على الآخر ، والأكثر مأساوية هو تصديق الكذب والمضى به ليصبح نمط حياة ، أجل أدواته كثيرة ، ولكن أكثرها إقناعاً واستعمالاً هو التباهى بالذات وبالإنجازات وبالعرق والأصول والأنساب .

لكن الوهم شديد الصدق وإن كانت أحد أدواته الكذب ، لأن الحقيقة تتسلل إليه عبر النظرات والكلمات والمواقف مهما طال الزمن ، الحقيقة تأتى ناعمة مخملية ولكنها حادة وصارمة لأنها تُنهى مسرحية الوهم الطويل .

فى لحظة ما من حياة أى منا يرى كل منا حقيقة الأشياء والأشخاص من حوله ، تكشف له الحياة ما كان يصدقه أو

يناضل لأجل تصديقه لسنوات كى لا ينجرح كبرياؤه. المشكلة هى الوقت ، لأن البعض منا يُمضى حياة بأكملها فى أوهام وتنكشف له الحقيقة بعد أن يكون الوقت قد تأخر لمواجهة أى شىء ، أو بعد أن يكون الضعف قد تمكن من نفسه فلا يستطيع حتى الدفاع عنها.

هذا لا يعنى التقليل من أهمية المال والجاه والمكانة المرموقة، ولكن المأزق أن يعتقد من يمتلك أيا منهم أنه قد امتلك الكون بأسره ، أن تقوده أوهامه إلى الاعتقاد أن ما يملك هو قيمته الحقيقة فى الحياة ، بينما القيمة الحقيقة لأى إنسان هو إنسانيته فى الوجود ، محبته ، تعاطفه ، تواضعه ، شعوره بضعف الآخرين وبألمهم ، التعالى عن التجريح ، التواضع للفقير ، ألا يتحول ما منحه الله تعالى من نعم إلى جزر نائية تقوده بعيداً عن مشاعره الإنسانية البسيطة والرقيقة . من منا لم يكتشف المحبة الحقيقية من المحبة الزائفة فى لحظات الضعف والمرض أو الفشل ! من منا لا يخشى أن يحبه الآخرون لأجل ما يملك لا لأجل ذاته البشرية! من منا لم يرَ الوجه الحقيقى لكل ما حوله من بشر أو أشياء بلحظات الانكسار والوحدة ، فى تلك اللحظات فقط تسقط

أدوات الوهم بل قد يدمرها من حملها لسنوات بنفسه لأنه أدرك أخيراً بأن الآخر ليس مادة ولا مركزا ولا طموحا ، لأن ما يجمعنا ليس أكواما من الأموال أو حفنة منها ولا من الأشياء ولا من الأصدقاء الذين يملأون الصالونات والمقاهى، ما يجمعنا هو شعور صادق ، وانتماء حقيقي ومحبة منزهة عن أى غاية ، لذا وحين تحب أو حين ترغب أن تكون محبوباً لا تتخلَ عن أدوات الوهم ، ولكن لا تبنِ خياراتك عليها ، حين تقرر أن تحب لابد أن يكون لأجل الحب وليس لأجل أدوات تمتلكها أو يمتلكها الآخر ، حين تريد أن تكون محبوباً لا تنتظر من الطرف الاخر أن يرى بك ملاكاً ولكن بشراً بصفات ملائكية ، وأقوى محارب ضد أدوات الوهم هو الصدق مع الذات بضعفها ، باحتياجها ، بهشاشتها ، وبقوتها حين تعلن أنها لن تكون هى أيضاً أداة من أدوات الوهم.

مرحباً أيتها الحياة...

مرحباً بصديقتي الوفية ، مرحباً بصديقتي الجميلة ، مرحباً بصديقتي المتألقة ، في كل رحلاتي إلى الأماكن و مع الأشخاص أعودُ إليك ، لأن جميع الأماكن والأشخاص والوجوه والأرواح ليسوا سوى بعضاً منك . وفي كل رحلة ألم مهما طال أمدها ، أجدك تمنحينني تلك الحكمة القديمة بأن كل ما حولنا يتغير ، حتى الألم قد يتحول إلى شعور عذب بل إلى مركب نجاة لأننا ببساطة لا نعلم ماذا يخبيء الألم خلفه، يأتي دائماً على أمواج من الدموع، وعلى رياح الغضب ، وأمطار الحسرة ولكنه وفي كل مرة ومهما مر الزمن لابد أن يكشف عن الحكمة الصامتة القابعة بداخله ، لأنه فقط الله تعالى من يعلم ونحن لا نعلم ، بل نتعثر في عالمنا المادى المحدود ونعتقد أن المستقبل هو ذلك الأفق الذى تراه أعيننا ولا ندرك أن هناك آفاقا أخرى أوسع وأجمل وأرحب مما نراه، فقط في رحلة مع الله العليم الحكيم يمكن لتلك الأكوان الأخرى أن تكشف عن نفسها بخجل وهدوء ، أكوان من السكينة ومن الأمن ومن الإيمان واليقين بأن كل ما بهذا

الوجـود فـانٍ ، وأننا لسنا سـوى عـابرى سـبـيل فـى كـونٍ محدود.

صديقتى الحياة لم تكن صديقتى دائماً، بل أحياناً كانت عـدوتى ، لأنهـا تمنح وتسلب ، لأنهـا تُخلص وتغـدر ، لأنهـا تتألق ثم تذوى ، لأنها يمكن أن تكون قبيحة أو حسناء ، لأنها قد تكون اليوم لى وقد تتنكر لى فى الغد ، صديقتى الحياة لا تتعاطف مع الضعفاء ليس لقسوتها ولكن لتجردها لأنها هى أيضاً فى مهمة فى هذا الوجود مثلى تماماً ، ومهمتها تفرض عليها أن تمد يدها بكرم لأولئك أقوياء الروح والعقول؛ لأنها تشعر بالأمن والثقة فقط معهم، ولا تدرى كيف تتعامل مع الضعفاء فتتركهم إلى ضعفهم إلى أن يجدوا طريقهم بأنفسهم ، وإن لم يجدوه لحت لهم بمكانه ولكنها لا تأخذهم من يدهم أبداً وتقودهم نحو الطريق .

مرحباً أيتها الحياة ، بعد رحلة الخواء مع الآخر ، مرحباً أيتها الحياة بعد البحث المُضنى عن المعنى فيما حولى ولكنه هنا فى أعماقى ، مرحباً أيتها الحياة لجمالك الدائم ولكنه لا يُشرق إلا بنفوس عرفت أن الجمال الحقيقى هو محبتك رغم

كل تقلباتك ، مرحباً أيتها الحياة معلمة الحكمة ، الهامسة بالشعور ، والمنسحبة أمام الحقد . فى كل رحلات الحب والبحث والألم ، والشوق والغربة تبقى أنتِ الجدار الخلفى الصامت والصلب لكل أحداث الحياة ، فإن غرق أى منا بأحداث حياته ونسى ذلك الجدار الخلفى الذى يحتضن كل الوجوه ، وكل المشاعر وكل الأحداث كانت حياته ضيقة خامدة ؛ لأن الوجود ليس حدثا وليس شخصا وليس شعورا ، الوجود هو هذه الحياة بشموليتها برحابتها ، بذكائها وعطائها ، إنها هى فقط من يحررك من سطوة شعورك وتفكيرك وقبل كل شيء سطوة الآخر . إنها هى من يمنحك الإبداع واتساع الفكر والتغلب على الألم ، تمنح كل هذا مقابلِ شرط واحد وبسيط وهو ألا تنسى أنها الجدار الخلفى لكل الأحداث .

أحب صديقتى لأنها طريقى نحو عوالم أخرى ، أحب صديقتى لأنها تحررنى ممن حولى ومن أوهامى ، أحب صديقتى لأنه بكل يوم تشرق شمسها ، أحب صديقتى لأنها لا تعرف الحزن ولا الضعف بل تمضى قدماً وفى كل يوم

بنفس الإصرار والانفتاح والحب ، أحب صديقتى لأنها لا تتوقف طويلاً تتأمل أخطاءها ، لأنها حرة مبدعة جسورة ، وأحبها أكثر لأنها منحة الله تعالى لى ، فحبى لها هو شكرى لما منح المُعطى الكريم ، وحبى لها هو حبى لله تعالى بأن أكون بهذه الحياة ، وأعلى درجات هذه المحبة هو القبول والرضى بما أراده الله تعالى لنا بهذه الحياة ، فنحن لا نأتى للحياة ونشترط أوصافا معينة للسعادة ، نحن نحيا بما يمنح الله تعالى لنا ، ويمكن لنا أن نرى البشاعة فى كل ما هو جميل ، ويمكن أن نرى الجمال فيما هو بشع ، فالوجود والحياة يتحول لقرار نتخذه بدايةً ونهايةً فى عقولنا حيث ترتسم الحياة دون إرادة منا ثم نرسمها بإرادتنا . وحين أدرك أننى عابرة سبيل فى طريق صديقتى ، وأننى رقم بين أرقام أخرى ، وأننى ضيفة لوقت معلوم لها وغير معلوم لى ، فلابد أن أتمسك بهذه الصداقة لأنها راحلة ، لابد أن أرى صديقتى بعين الرحيل لا بعين البقاء . وإلى أن يحين الرحيل تبقى هذه الحياة مركبى الهادىء فى أمواج المجهول ، وظلى الوارف حين تجف القلوب، ولمسة حانية حين تقسو الأرواح .

وحين يأتى الفراق ولا يبقى سوى أنت وأنا ، أدرك حينها لأى حد سأشتاق إلى بهائك فى رحلة إلى مجهول آخر لا يعلمه إلا خالق هذا الوجود ومانح هذه الحياة ، ثم يأتى اليقين الوحيد بأن هذه الحياة بجمالها وبكل ما فيها ليست سوى منحة تُمنح ثم تُسترد ، وأدرك أيضاً أن صديقتى فانية مثلى .

مأوى

نبحث فى القصور والبيوت والغرف عن المأوى ، عن الاطمئنان ونعتقد أن الأمن يوجد بين الجدران والزوايا والأبواب ، نبحث عن السكينة بجوار أحدٍ ما ، برفقة حبيبٍ ما أو ابن ما أو أخ ما ، نبحث عن الاطمئنان أو الأمل ندرك أن الأمن والاطمئنان والسكينة بجوار الله تعالى فى الحياة والممات.

ربما ندرك ذلك بعد رحلة طويلة بين سنوات الحياة المُضنى منها أو المريح ، ربما لا ندرك ذلك حتى ساعة وصول الموت ، ونمد الأيدى إلى من حولنا لالتماس شيء من القوة أو الشجاعة أو حتى الهروب، ولكنه هو الله دائماً فى كل الأماكن والقلوب، حتى القلوب التى ترفضه لا يبارحها يذكرها بوجوده بلحظات الضعف والألم والوحدة أو الموت.

حين ندرك أن لا مأوى إلا مأواه ، وأن لا سكينة إلا بالإيمان به وأن لا أمن إلا بالاستسلام لمشيئته ، تصبح الحياة أجمل أرق وأسهل علينا للبقاء أو المغادرة .

حين نعتقد أن الإيمان ليس سوى عادات نمارسها فى كل يوم ، مجرد دورات سنوية للأعياد ولرمضان ، وننسى أن

الإيمان زينة للحياة، أنه بهاؤها ونقاؤها، ننسى أن الإيمان شجاعة ونبالة وكرم، ولكن هذا الإيمان ليس سهلاً ، لأن الإيمان الذى لا يرى من مأوى سوى مأوى الله لابد أن يتجاوز مسافات الجشع والقسوة والأنانية، لابد أن يستصغر شهوات تقلل من قيمة الإنسان العالية لدى الله تعالى ، هذا الإيمان له ثمن باهظ ألا وهو الإخلاص لله تعالى فى السر قبل العلن ، بل إخفاء هذا الإخلاص لأنه توجه بكامل الكينونة البشرية لله الواحد الأحد والتجرد عن كل مسعى بشرى وعن كل رغبة أرضية بهذا الوجود .

نعتقد بأن حريتنا تكمن بما نمتلك ولا ندرى أن مانمتلكه من ماديات يمتلكنا أيضاً بحجم تمسكنا به واعتبارنا بأنه القيمة الوحيدة بهذه الحياة ، ولا ندرى بأن حريتنا تكمن بما امتلكته أرواحنا من توجه لله تعالى بالطلب والرجاء والحب والتوكل وأيضاً التخلى والتنازل حين لا يكون لنا نصيب فيما نستميت لأجل أن نحصل عليه ، حين نذرف الدموع الحارة فى الليل حسرةً على ما لم يكن ، يأتى صوت الإيمان الهامس ليهدىء موجة الحزن بأن نتخلى وأن نؤمن بأن الله تعالى ربما قد أراد لنا ما هو أحسن وأبعد عنا ما هو أسوأ .

يقـول عـالم الفـيـزيـاء إن مـا لا نـراه أكـثـر مما نـراه ، والله تعـالى يقـول إنـه يعلم ونحـن لا نعلم ، وحين يكون هو المأوى وهو البداية والنهاية لن تكون هناك دموع الحسرة فى منتصف الليل بل دموع التوجه له بالطلب والرجاء .

. لا يمكن للإنسـان أن يمضـى فى الحـيـاة بمجـرد قـدراته الفـردية مـهـمـا كـانت خـارقـة ، لابـد فـي مـرحلـة مـا مـن وجوده أن يواجـهـه ضـعـفـه لأن الله تـعـالى يريـده أن يصل إليه عبـر الضـعف، عبر الألـم إن تجاهله عبر التفوق . أشد النـاس ذكـاءً أشـدهـم إيماناً بـالله ، وهـذا الإيمان يسـتـتـبع الإيمان العـمـيق والحكيم بزوال كل مـا فى الحـيـاة ، وحين يتمسك بمادياتها فليتخيل بأنه بلحظة ما قد يحترق كل شيء ، بلحظة ما قد يتدمر كل شيء ، بلحظة ما لا يستطيع حتى أن يتذوق طعاما يعشقه أو ينعم بصحبة من يحب ، ولكن ما لا يحترق ولا يتدمر ولا يمرض هو الحب لله تعالى وأنه المأوى والمصير.

امرأة شرقية بفكر غربي

في زمننا المعاصر لابد للرجل أن يعيد تقييم علاقته بالمرأة، لأنه إن لم يُعيد تقييم هذه العلاقة فإن خللا عميقا سوف يطرأ على علاقته بالمرأة ولن أقول انهيارا كى لا أبدو مبالغة بما أقول.

على الرجل أن يعيد تقييم علاقته بالمرأة لحماية كينونته فى المجتمع المعاصر ، فالمرأة لم تعد تطالبه بأن يكون الحامى والراعى للعائلة فقط ، بل لابد أن يكون العاشق والصديق والمتفهم والمتحدث والمستشعر لأدق عواطف المراة ، لابد أن يتتبع نظراتها وكلماتها ، فهى لم تعد موجودة لتكون عونا له بل أصبحت موجودة ليكون هو ملاك السعادة التى لا تنضب بالنسبة لها . ولا أتحدث هنا عن نساء عرفن دورهن الحقيقى بجانب الرجل ويحترمن هذا الدور ويدركن أنهن عوان للرجل وأنه الحامى لها ولأسرتها بل للمجتمع بأكمله؛ كما لا أتحدث عن الفئات المنتمية للطبقة المتواضعة من المجتمع حيث المرأة تعرف دورها تماماً وفق ما تُمليه عليها منظومة دينية واجتماعية متوارثة . بل أتحدث عن فئة تأثرت بالفكر الغربى

وبثقافته حتى ولو كانت متدينة ومحجبة ، فئة تشربت كل مفاهيم المرأة الغربية حول الرجل ، فالمرأة الغربية لا تطلب من الرجل أن يكون الحامى وهو لم يعد يريد ولا يستطيع أن يقدم هذا الدور ، لأن مجرد ممارسته لدور الحامى يعتبر انتهاكاً لحرية المرأة واستقلاليتها ، الرجل بالنسبة للمرأة الغربية أصبح إنسانا تعيش معه دون أن يتمتع بالضرورة بامتيازات الرجولة ، لابد أن يتحدث معها كما تتحدث معها صديقتها ، أن يستمع لأدق تفاصيل مشاعرها ، أن يكون رقيقاً حساساً لمتطلباتها ، أن يرى الوجود عبر نظرتها هى ، وإن تجرأ على أن يتمسك برأيه فلابد أن يتحمل نتيجة هذا التشبث بالرأى وربما اتهامه بأنه إنسان متخلف ولا يحترم حقوق المرأة. إن الرجل الغربى يعيش حياته بحذر كرجل ، ينتبه لما سيقول وكيف سيتصرف ، لذا يقل عدد المقبلين على الزواج من الرجال الغربيين من عام لآخر ، ويفضلون الزواج من جنسيات شرقية أو من أصل أوروبى شرقى كى يستطيعوا أن يشعروا بما تبقى لهم من الرجولة .

لا أنتقد المجتمع الغربى فى مقالى هذا ، فهو موضوع تم الحديث عنه كثيراً ، ولكننى أتحدث عن تقمص الفكر الغربى

من قبل المرأة العربية بوعى منها أو بعدم وعى ، إن تقليد النساء الغربيات فيما يرتدينه يبدو أمرا بسيطا مقارنة مع أمر الاستلاب الفكرى الإرادي.

منذ عهود الإسلام الأولى ، كان للمرأة كيانها المستقل وتفكيرها الحر بعيداً عن التمحور حول الرجل ، كانت المرأة تنظر لذاتها كمُكلفة بواجبات دينية تماماً مثل الرجل ولم يكن لديها الوقت كي تراقبه وتحاسبه وتطالبه بالتصريح بمشاعره فى أى وقت وبكل وقت . لقد كانت تشعر بحريتها بعبوديتها لله تعالى ، وبأن دور الرجل بالنسبة لها هو الحامى لها ولأسرتها ولم تكن تتجاوز حدودا معينة فى علاقتها به ، فأغلب ما قرأته عن النساء فى تلك الفترة ينم عن عقلية متفتحة ذكية عميقة التفكير ، مستقلة عن شخصية الرجل وواعية لدورها كزوجة وكأم ، بل إن بعض مقولاتهن تنم عن احترام عميق لدور الرجل .

التمحور حول الرجل ومطالبته بأن يكون سبب السعادة كل السعادة ، واتهامه بأنه سبب الشقاء كل الشقاء هو فكر غربى مترسخ فى المجتمعات الغربية ، لأن الرجل فى الغرب

رغب أن يكون مركز اهتمام المرأة ، وأقنعها بأنها سوف تستحوذ على كل اهتمامه بمقدار ما تقدمه له من تنازلات ، وحين تنازلت فقد كل اهتمامه بها ، بل وفقد شعوره بالرغبة بحمايتها . ولكن الأمور تصبح أشد تعقيداً فى مجتمعنا العربى لأن أساس علاقة المرأة العربية بالرجل هو هذه الحماية ، فإن لم تعد لها قيمة بنظرها فسوف تختل هذه العلاقة بمجملها. فهل تدرك المرأة العربية خطورة تجاهلها لأساس علاقتها بالرجل ؟ وتصر إلى أن تطالبه بما يتنافى مع طبيعته كرجل ليصبح نسخة عن صديقة لها ، أو نسخة عن ممثل ما فى مسلسل غرامى تركى !

هناك أدوار أسس لها الله تعالى فى كتابه وسنة رسوله ، أدوار دقيقة لكل من الرجل والمرأة ، وقيد المرأة بقيود لحمايتها وليس لإذلالها ، وأجبر الرجل على أداء واجباته ليكون رجلا حقيقيا له قيمته أمام زوجته وأمام المجتمع . إن اختلال هذه الأدوار ، واستيراد الأفكار كما نستورد البضائع والاستخفاف بقيم تأسست عليها الأسرة العربية منذ قرون ، لهو خطر حقيقى على بنية الأسرة والمجتمع ، وهو خطر ليس نظريا وإنما هو حقيقى وله نتائج نراها وقد نتجاهلها .

هل تشعر المرأة بالرضى حين يشك الرجل برجولته لأنها غير راضية عن ردود أفعاله معها ؟ لأنها تريد المزيد من المشاعر ، المزيد من الاهتمام ؟ وهى لا تدرك أن أعلى صور محبة الرجل لها هى أن يقدم لها حياة كريمة وأن يمارس دوره الحقيقى كرجل فى المجتمع ، دون إجباره على أن يكون صورة لرجل ما هناك على الطرف الآخر من المحيط. المشكلة الأصعب هى أن تتربى أجيال قادمة دون أن تشعر بهيبة الرجل وأنه كيان منفصل عن المرأة وأنهما مكملان لبعضهما البعض ، أن تتربى الأجيال القادمة ورجل المستقبل يعتقد أنه يوجد بهذا الحياة لتلبية مشاعر المرأة واحتياجاتها وأنه خارج إطار هذه الطاعة لن يكون سوى شبه رجل ، لا أقول للرجل بهذا المقال أن يتحول لإنسان متسلط وعنيف ولكننى أقول له أن يدافع عن دوره الحامى وأنه حين يرغب بالزواج أن يختار من النساء من تعى دوره الدينى والفكرى والاجتماعى كرجل قبل أن تعى احتياجاته اليومية كرجل . لأن فكر المرأة تجاهه سوف يشكل كل حياته المستقبلية معها بل ونظرة أولاده له . لم يعد يكفى للرجل أن يُحسن الاختيار بل لابد له من الحذر قبل الاختيار ، لأن امرأة شرقية بفكر غربى قد تكون معول هدم لطموحه ولشخصيته ولرجولته.

خجلاً وليس خوفاً

هل جربت أن تعبد الله خجلاً وليس خوفاً؟ هل جربت أن تستيقظ فى كل يوم وتنظر إلى جسدك المُعافى وفطورك الهنيء والدفء الذى يغرق به بيتك ثم تنحنى بروحك خجلاً لله الذى أنعم بكل ذلك دون مقابل؟ هل جربت أن تستيقظ من حزنك للحظات وتتذكر أجسادا مريضة وأرواحا سقيمة وبيوتا فقيرة وأنت فى مكانك المريح أو فى مكانٍ ما مهما يكن يحفظ كرامتك ويجنبك سؤال الناس؟ لماذا حين نغرق فى كل هذه النعم ننسى الشكر ؟ لماذا حين تأتى مشكلة ما أو معاناة ما لا نتذكر سوى هذه المشكلة وننسى الأرض التى نحيا عليها والسقف الذى يحمينا والجسد الذى يخدمنا والنفس التى تُمتعنا والعقل الذى يرشدنا؟ لماذا نبدو بهذه القسوة تجاه أنفسنا لأننا لا نمرنها على الحمد المتواصل لكل هذه النعم ؟ لماذا يبدو هذا العصر عصر من يطالب وينسى ما يملك ؟ نبدو جميعاً كأننا نركب قافلة تسير حثيثاً فى الصحراء ، لا نستمتع بأننا فى القافلة الآمنة ولكننا ننظر خلف القافلة بانتظار من سيأتى ونتذمر لأنه لا يأتى ، تسير القافلة

والقلوب معلقة بالبعيد والمجهول الذى قد يأتى وقد لايأتى والأغرب أنه حين يأتى نبدأ بانتظار آخر جديد.

يُقال إن هذا العصر هو عصر الأمراض النفسية ، وأعتقد أنه عصر نسيان الشكر لله تعالى ولمن حولنا بل ولذواتنا لأننا فى حالة مطالبة مستميتة ولا تتوقف لما هو جديد أو لشيءٍ آخر ، لشخصٍ آخر ، لفرصةٍ أخرى ، لمكانٍ آخر ، نبدو وكأننا نلهث فى حمى لا تبرد ولا تستكين . إنه الحمد لله هو الذى يهديء النفوس ويشرح الصدور ، إنه النظر لكل ما حولنا ، لبيوتٍ فقيرة ووجوهٍ تعيسة وأجسادٍ مريضة ، إنه النظر إلى قصورٍ عامرة ولكن قلوب أهلها مهجورة لأنها هجرت الشكر للخالق الأعظم ، إنها ثروات متراكمة وأوراح ذابلة لأنها لا ترى خالق الثراء بل ترى ذواتها أسيادا ومستحقين للثروات.

يبدو أن كل ما يراه الإنسان ويشعر به لن يراه بشكله الحقيقى ولن يستشعرجماله دون هذا الحمد ، شكر الله تعالى قلباً ولفظاً ليس قيمة دينية فقط بل حصانة للروح والنفس من المرض والتعب والجفاف ، إنه ذلك الاعتراف المؤدب بفضل

الله وعظمتـه وقدرته بأن يمنح وأن يحـرم ، إنها تلك العلاقة الحميمة بين من يمد يده ليأخذ ومن يمنح بكرم ودون مقابل ، وتفقد العلاقة حميميتها حين ينتظر الإنسان العطاء ويأخذه دون أن يحمد أو يذكر المُنعم المُعطي.

جميعنا نولد ولا نملك شيئاً ، نمضى فى الحياة وننسى هذه الحقيقة ، فكل ما نملكه حين نكبر ليس سوى عطاء من الله تعالى، وهذه الملكية لا تقتصر على ما هو مادى ، بل ما هو فكرى وروحى ونفسى وعقلى ، فحتى الخاطرة الجميلة التى تنتاب النفس فى لحظات الألم أو السعادة هى فضل من الله تعالى لأن الخواطر الجميلة حدائق الروح .

من المُحزن أن نحيا ونموت ونحن لا نعلم جمال الشكر لله تعالى ، هذا الشكر الذى يقودنا برفق إلى نهاية الرحلة فى الحياة ، لأننا حين ندرك أن كل عطاء هو من الله تعالى ، ندرك أننا لا نمتلك شيئاً فنحرر أرواحنا من قيود المادة ، ونعلم أن هناك فى أنفسنا حياة أخرى أكثر ثراءً وأكثر عمقاً؛ إنها المعرفة العميقة بأننا هبة من الله يمنحها أو يسترجعها متى شاء وهذه الحقيقة هى حرية الروح المطلقة . حين نبتعد عن الشكر وحين نصبح سادة ثرواتنا وقدراتنا تختنق

أرواحنا فى إنجازاتنا المؤقتة فى عالم زائل لا محالة ، ولكن حين ندرك أننا لسنا سوى حراس على ثرواتنا ، وأمناء على قدراتنا تنسجم أرواحنا مع الوجود برحلة التوجه نحو الحقيقة نحو الله الخالق والباقى والمُعطى.

إنه الحمد الذى يُشبه الغيث بعد أيام من الجفاف ، إنه الحمد ذاكرة الامتنان ودوام النعمة ، إنه الحمد الصلة الصامتة والوثيقة مع رب الأكوان بالاعتراف بفضله وعطائه ، إنه الحمد جمال التوجه للسماء والدعاء ببقاء النعمة وزيادة الفضل من ربٍ كريم مُجيب الدعوات. فى كل رحلات العالم لم أجد أجمل من رحلة تستمر لثوانٍ نحو الله بدعاءٍ خافت وشكرٍ صامت ؛ لأننى أعلم أن الفضل منه والنعمة منه وحتى الألم نعمة منه لأنه طريق نحو معرفة حقيقة الحياة ، فلا يوجد موقف أشد إيلاماً من اقتراب موعد مغادرة الحياة دون معرفة حقيقتها ، تلك الحقيقة الوحيدة المتمثلة بأن الله هو الباقى وكل ما عداه ليس سوى أوهام ننسجها بأجسادنا وأفكارنا الفانية.

عطاء أم أخذ

إن أردت أن تمنح شيئاً ما من ذاتك أو من مالك لابد أن تسأل نفسك هل تمنحه فعلاً للآخر أم لذاتك؟ لأن كثيرا من العطاء للآخر يختفي خلفه عطاء للذات ، حين تعطى وتنتظر المقابل فهذا ليس عطاء ، حين تُعطى ولا تنسى ما أعطيت فهذا ليس عطاء ، حين تعطي وتغضب إن لم يتم تذكر وتقدير ما أعطيت فهذا ليس عطاء، وحين تُعطى كى تبدو أجمل وأرفع قدراً بنظر الآخر فهذا أيضاً ليس عطاء ، وأسوأ أنواع العطاء ذلك العطاء الذى يتذمر ويندم ويجرح الشعور ، إنه تذكير من أعطيت طوال الوقت وعلى مر السنين بما منحت ولم تنسَ .

أى أن العطاء الحقيقى صعب جداً لأنه يختفى صامتاً خلف الذكرى ، ولا ينظر لمن أعطى أو مقابل ماذا ، إنه فتح اليد والقلب دون انتظار المقابل فقط لوجه الله تعالى ، حتى ولو كان عطاءً لمن لا تحب ولمن أساء ولمن ينسى ، العطاء الحقيقى صعب أن تمنحه وصعب أن تحافظ عليه ، وصعب أن تتجاوزه لأنه ببساطة يمتد لأبعد من حدود الإنسانية ، لأنه

لا يرى إلا محبة الله ورضاه ويحرص على أن يكون منسياً خفياً صامتاً.

وأصعب أنواع العطاء فى زمننا المعاصر هو العطاء من الذات والروح والقلب والنفس لأنه عطاء لا ثمن له ولايمكن تثمينه لأنه ببساطة جزء من الذات ، نحن فى عصر تتجذر به الفردية حتى ولو كنا نعيش بين جماعات ، فى عصر تبدو بها الحاجات المادية أشد إلحاحاً من الحاجات النفسية والروحية، بل يبدو أن هذا العصر من أشد العصور إنكاراً لاحتياجات الروح ، بل إن الروح أصبحت تعبيرا غريبا وغير مفهوم لفئات غير قليلة من المجتمع المعاصر سواء فى الغرب أو الشرق ، نحن نستيقظ على نداء الحاجات اليومية وننام على أنين الروح المدفونة خلف أكوام من المسئوليات أو أكوام من الماديات ، أى أننا بحالة تجرد يومى إرادى أو غير إرادى من حاجاتنا الروحية ، والحاجات الروحية لا يمكن لمسها ولا يمكن شراؤها ولايمكن المساومة عليها ، والأصعب أنه من الصعب تحديدها أو حتى فهمها . إنها ذلك النداء الخافت للانسحاب من كل ما هو مادى ، نداء خافت بعيد عن كل من حولنا ، قد نتجه من خلاله إلى الله الواحد الأحد ، وقد يتجه

به من لا يهتم بالدين إلى واحة خاصة به بعيداً عن الآخرين ، إنه ذلك النداء الخافت الذى يذكرنا بأن كل ما بهذا الوجود ليس سوى دقائق وثوانٍ فى ملكوت الله الذى لا يحده زمن ، الحاجات الروحية هى إدراك الإنسان بأن جسده ليس سوى وعاء لهذه الروح النقية الشفافة وأنه بمقدار التصاقه بجسده تزداد المسافة بينه وبين روحه التى ترى بالجسد سجنا لها وقيدا ، لذا يبدو أن أكثر البشر التصاقاً بالأرض وبالحاجات الجسدية أشدهم شعوراً بالقيد والضيق لأن عالمهم انحصر بين أرضٍ وسماءٍ ، بين جسد ونفس ، لذا يبدو أن إصغاء السمع لنداء الروح الخافت أول بوابة نحو الحرية الحقيقية للإنسان ، عبر روحه التى تنطلق لعوالم أخرى ونحو أكوان أخرى ، ونحو خالق واحد منح الجمال والعطاء دون مقابل .

وأكثر الحاجات الروحية إلحاحاً للتلبية هو حاجة الروح للعطاء ، وأن يكون هذا العطاء منزها عن كل غاية فقط لأجل محبة الله ومرضاته ، ألا ترى النفس لمن تعطِي من البشر ولكنها ترى فقط استقبال الله تعالى لهذا العطاء، العطاء الحقيقى حرية للروح، وسعادة للنفس ، وثراء للعقل وبركة فى

الوجود ، فلا تعطِ إن لم تكن ترغب فعلاً بذلك ، ولا تعطِ إن كنت لا تستطيع أن تنسى عطاءك ، ولا تعطِ إن كان العطاء يجعلك تشعر بالندم ، في أعماق العطاء الحقيقي يكمن الأخذ الحقيقي ، لأن من يعطي من قلبه ونفسه وماله فقد ملك الوجود بأكمله ، ولا يعتقد أي منا أن الله يمنح نعمة العطاء الحقيقي لأيٍ كان ، بل يمنحها للخاصة من عباده أولئك الذين لا يرون البشر ولا الأماكن ولا الأموال ولا ذواتهم ، كل ما لديهم من مال وشعور ومحبة هو ملك للحياة لأنهم أدركوا منذ البداية وإلى النهاية ، أنهم لا يمتلكون شيئاً بهذه الحياة وأنهم ليسوا سوى حراس على الأموال ، أمناء على الأرواح ، وضيوف شرف في القصور أو في الخيام.

بصيرة الروح

حين تريد أن تعرف حقيقة الحياة ، أنظر إليها بعيون طاعنٍ بالسن لم يعد يريد من الحياة سوى راحة أبدية ، فسوف تراها راحلة ، بعيدة ، شاقة ، وسرب من أوهام كانت فيما مضى حقيقة ، تنازع عليها الإخوة ، وتهافت عليها الأصدقاء . حين تريد أن تحيا فى هذه الحياة لابد أن تنظر إليها بعيون الطفل كى ترغب فى أن تحياها وكى ترغب أن تخوض معاركها ، وكى تستطيع أن تكون مغامرا ومكتشفا . حين تريد أن تستمتع بهذه الحياة لابد أن تنسى فناءها وزوالها ورحيل الأحبة بها . حين تريد أن تنسحب منها قبل أن تنسحب هى من وجودك أنظر لزوال النعم بعد طول بقائها، ووهن الصحة بعد قوتها . وحين ترغب أن يزول حزنك أنظر إلى مأساة من حولك ، وتذكر أوقات فرحك وأعلم أن بأعماق كل حزن هناك فرحة معرفة حقيقة الحياة ، فالحياة لا تكشف عن وجهها الحقيقى بأوقات الفرح ولكنها تمنح كل ما تخبئه من حكمة فقط بأوقات الألم ، لذا لا تحزن حين تتألم وأحزن حين لا تعلم.

لا تنظر للقصور وتتمنى سكناها بل ابنِ قصور الأمن والسكينة فى صدرك ، فكم من قصور لا ينام أهلها ، وكم من قصور تحولت إلى قبور بعد رحيل ساكنيها. القصور الحقيقية هى ما سكن بصدرك مع اطمئنان برفقتك مع الله العلى القدير . إن كل زينة بهذه الحياة ليست سوى شهب تلتمع فى سماء النفس ثم تذوى وتختفى ، ولكن النور الحقيقى هو نور معرفة الله تعالى عبر الألم والفرح ، عبر الحزن والسعادة ، عبر الفقر أو الثراء ، عبر الوحدة أو الأنس مع الآخر ، إن رأيت الحياة بأنها كيان قائم بذاته بكل موجوداته فأنت لم ترَ من الوجود سوى مادته ، ولكن حين تنظر للحياة لأجل أن تتعرف إلى الله الخالق فأنت رأيت أبعد مما ترى عيناك ، رأيت بقلبك وروحك وعقلك ويصبح البصر قاصراً عن أن يرى ما تراه الروح أو القلب. رؤية الله تعالى عبر كل ما هو مخلوق بهذا الكون هى الحرية الحقيقية بهذه الحياة ، لأننا لا نرى الموجودات ولكن نرى خالق الموجودات وهو ما يحررنا من ثقل المادة وبشاعة الطمع وسجن التعلق بالحياة .

فى عالم من يحيا الحياة ولكنه يعيش مع الخالق ، لا توجد قيود ولا حدود ، لا ينظر للخلائق بعيونه بل ببصيرته ولا يرى

بهم سوى عباد الله الضعفاء مهما اشتدت قوتهم ، فى عالم من يحيا الحياة ولكنه يعيش مع الخالق لا يريد من الوجود إلا هذا القرب من الخالق لأنه أدرك أن بشاعة الوحشة لدى البعد عنه ، فى عالم من يحيا الحياة ولكنه يعيش مع الخالق لا يسعى إلى المناصب ولا إلى الثروات إلا لأجل خدمة الإنسانية جمعاء وتتحول ذاته إلى عبءٍ ثقيل لأنه تجاوز حدود رغباته وأطماعه ، فى عالم من يحيا الحياة ولكنه يعيش مع الخالق يزول الحزن ويتلاشى الأسى وينتهى الشوق ؛ لأنه يعلم علم اليقين أن الله على كل شيءٍ قدير وأنه ليس سوى هبة الله بهذا الكون ، وحين يأتى الوقت المعلوم يرحل مثلما أتى عبداً طائعاً . فى عالم من يحيا الحياة ولكنه يعيش مع الخالق يغفر الإساءة وينسى الغدر ويعفو عند المقدرة لأنه لا وقت لديه للكره ولا للحقد ، أنفاسه عزيزة عليه فيسخرها للذكر وليس للأضغان ، يعفو ليس لأنه ينسى ولكن لأن الحقد يهدم النفس كما تهدم الأمراض الجسد، فى عالم من يحيا الحياة ولكنه يعيش مع الخالق يأبى أن يعيش مع أمراض النفس ، ويبحث عن طهارة الروح وحين تضيق به الأرض يمد

بصره نحو السماء ناشداً لشيء من الحرية تجعله ينسى قيود الحياة . إن أرقى حالات حرية الإنسان هى عبوديته المطلقة لله تعالى ، أن يدرك من صميم فؤاده وأعماق روحه وشمولية أفكاره أن الله هو المدبر وهو العاطى وهو القدير ، أن يدرك أن معرفته محدودة مهما امتدت ، وأن وجوده قصير مهما طال وأن يدرك أن كل نعمة يمتلكها هى من الله إن شاء أبقاها وإن شاء سلبها ، أن يدرك أنه لا يمتلك شيئاً بهذه الحياة وأنه ليس سوى عابر سبيل لا تلبث رحلته أن تنتهى مهما طالت ، فليحسن الإقامة وليحسن الرحيل . إن أجمل ما بهذا الوجود ليس جماله بل جمال خالقه ، فإن كان ما خلق بهذا الجمال فكيف سيكون جماله هو سبحانه وتعالى؟ لا يمكن للبصر أن يدرك هذه المعانى ولكن فقط بصيرة الروح هى من تدركها وتعلمها وتراها ولا تستطيع أن تحيا إلا بها .

عماد الحكمة محبة الله

لماذا هذا البحث عن الحكمة ؟ ولماذا يبدو هذا البحث كأنه. لايتوقف على مدار العصور ؟ فلو افترضنا أن أفلاطون قد وجد ضالته حول الحكمة فلماذا يستمر البحث عنها فى كل العصور؟ ولماذا حين نجد البعض منها نشعر أننا وجدنا أكواما من الذهب ؟ وماهى هذه الحكمة ؟ هل هى قرار ناضج أم هى رؤية شاملة للأمور ؟ يمكننا أن نجد لها عددا لا حصر له من التعريفات التى تمتد منذ قرون وحتى عصرنا هذا ، ولكن ما يمكن أن نتفق عليه بشكل حتمى هو أن من يحوز الحكمة هو شخص وصل لمرحلة من العمق بحيث يتعامل مع كل ظروف وكل مشاكل الحياة دون صعوبة ودون بذل الجهد لاستيعاب وقبول الواقع ، حتى ولو كان فى حالة من السعادة يرى سعادته عبر هذه الحكمة فلا تحمله مشاعر السعادة إلى شواطيء الوهم ولا إلى الاعتقاد بأبدية السعادة.

الحكيم يرى الحياة كما هى بلا تجميل بلا أوهام بلا توقعات كبيرة، ليس لأنه متشائم بل هو أشد البشر تفاؤلا ولكنه منح للحياة حجمها الحقيقى وأدرك كذلك حجم ذاته ، أدرك أن حجم الحياة تُقاس بما يحمله تجاهها من أفكار ومشاعر وليس بحجمها المادى ولا بديمومتها الأبدية ، وأدرك

حجم ذاته أدرك أن حجم الحياة يُقاس بما يحمله تجاهها من أفكار ومشاعر وليس بحجمها المادى ولا بديمومتها الأبدية ، وأدرك حجم ذاته بأنه كما قال الرسول صلى الله عليه وسلم إنه ليس سوى عابر سبيل أو مسافر جلس تحت شجرة ثم رحل . الحكيم يدرك حجم ذاته فلم يحمل حقائبه الثقيلة فى كل الرحلات ، لم يحمل من الوجود سوى روح وعقل وقلب وهى أحمال لا وزن لها ولكنها الوجود بأكمله .

الحكيم أدرك ومنذ زمن بعيد أن الشعور بالمرارة ليس سوى الحزن على ما لابد أن يرحل ، وعلى ما لابد أن يتغير ، وعلى ما لا نستطيع امتلاكه مهما حاولنا لأننا وببساطة لا نتملك من هذا الوجود سوى ما أراده الخالق العظيم لنا .

الحكمة هذه الطفلة الخجولة النقية لا تطل بوجهها إلا إلى نفس هجرت الشهوة قبل أن تهجرها الحياة ، وعقل أدرك أن الوجود كله يكمن به فلا حاجة له بأن يرى كل ما بهذا الوجود، يكفيه أن يراقب ذاته ليرى هذا الكون ويفهمه ويتآلف معه فى رحلة البقاء ، هذه الطفلة لا تمنح أسرارها إلا لمن نظر للحياة بمنظار الحقيقة وهى أنها فانية زائلة ولا يتبقى بها سوى العمل الصالح والكلمة الطيبة ، هذه الطفلة الخجولة لا تحب الجرأة ولا تتحدث إلا حين تُسأل ، وحين تقرر أن

تتكلم لابد أن تستمع إليها فإن لم تستمع لها لن تعود للحديث معك مرة أخرى لأنها تعلم قدر ذاتها وتعلم عمق كلماتها رغم طفولتها البريئة ، الحكمة لا يمكن لها إلا أن تكون بريئة لأنها لا تسكن إلا فى قلوب طاهرة نقية فتتجلى لها لأنها تجد بها مكاناً لائقاً لسكنها وإقامتها ، وإن تلوثت هذه القلوب لابد أن ترحل .

ولكن هل الحكمة لابد أن تكون دائماً ابنة الألم والمعاناة ؟ أم أنها هبة يمنحها الله تعالى لمن يشاء من عباده ؟ ليس كل من يعانى أو يتألم يقوده ألمه نحو الحكمة ، ويمكن كذلك لمن يتألم أن يجد طريقه للحكمة عبر هذا الألم وذلك بمقدار صفاء نفسه وطهارة قلبه ، ولكن ما هو أكيد هو أن الحكمة عطاء من الله تعالى «ومن أوتى الحكمة فقد أوتى خيراً كثيرا» أى أن الله تعالى هو من يؤتيها لمن يشاء من عباده.

ولكن لماذا تجعل الحكمة الحياة أسهل بل وأجمل ؟ لأن مهمتها الأولى نزع كل القشور التى زينت بها النفس الحياة . الثراء ، الجمال ، المنصب ، الشهرة ، التألق ، تحصيل العلم للحصول على مراتب عليا ، كل هذه الصفات رغم علو شأنها تتحول إلى قشور حين يكون هدف النفس منها حب الظهور

والتعالى ، ولكنها تتحول إلى معنى حضارى رفيع حين يكون الهدف منها خدمة الإنسانية جمعاء.

وتكمن روعة الحكمة فى أنها تطلق أسر الجسد من المادة، وتحرر النفس من الشهوة، وتمنح للعقل مجده وقدره كما كرمه الله تعالى، وتمنح الدفء للقلب وللروح ، تكمن روعة الحكمة فى أن ترى الأشياء كما هى بواقعيتها ، بجمالها الرفيع أو المتواضع ، وأن تقبل كل ما حولك دون تذمر ودون أحلام كبيرة ، وأن تنظر للحياة بنظرة المكتشف لا بنظرة المُقيم منذ الأزل . الحكمة تجعلك ترى الحياة وكأنها أمواج بحرٍ قد تكون متلاطمة أو هادئة ولكنك تقف دائماً على الشاطيء تراقب حركة الأمواج ولا تحاول إيقافها ولا تحديها، ولكنها حين تصل إليك تستمتع بدفئها أو تنتعش ببرودتها ، وحين تصل الحكمة لذروة نضوجها ، لا يوجد أى شيء مؤلم فى الحياة، لأن الألم يكمن غالباً فى عدم الفهم الحقيقى للحياة ، وأنها ليست سوى امتحان تطول مدته ولكن لابد أن ينتهى فى لحظةٍ ما ، وحين تصل الحكمة لذروة تفتحها ترى السعادة فى كل ذرة بهذا الكون وتقول لنفسك كم أنا سعيدٌ لأن الله منحنى هذه الحياة بعد أن كنت لا ذكر لى ولا وجود .

الحكمة ليست نظريات فلسفية معقدة ، ولا مناظرات تكتظ بها التعابير والمفاهيم ، بل هى نظرة حانية لكل ما فى الوجود، وفهم عميق لهدف هذا الوجود ، ورؤية بعيدة لكل ما بهذا الوجود . فحين ترى الكون بهذا المنظار شديد الدقة والوضوح لا يمكن أن تأخذ قرارات خاطئة ، وتصبح الحكمة طبيعة ثانية لك ، فالطبيعة الأولى هى طبيعتك التى ولدت بها ، أما الطبيعة الثانية فهو ميلادك الثانى بعد أن تختار طريق الحكمة وتعلم أنك بهذا الكون لتعبد الله الخالق الواحد الأحد، ثم يمكنك أن تكون ما تريد و أيضاً بما يُرضى الله ، أى أنك بهذا الوجود ومهما شعرت من الحرية فأنت سواء شئت أم أبيت تخضع لقانون الله فى الكون وتمضى حياتك نحو اللقاء به مهما قصرت سنوات هذا اللقاء أو طالت ، ولكن رحلة الحياة تفقد كل العذوبة وكل الجمال إن لم تكن هذه الرحلة بهدف الوصول إلى لقاء الله ، فرحلة الحياة تصبح شاقة مؤلمة حين لا تقودها الحكمة ، الحكمة ليست فقط طريقا لإيجاد الحلول ولكنها وقبل كل شيء حياة أفضل ، فهم أفضل ومحبة أكبر . فإن كان رأس الحكمة مخافة الله فإن عمادها هو محبة الله.

ليل وورقة وقلم...

قد يكون ما يخطه القلم بساعات الليل الطويل مجرد كلمات ، ذكريات ، خواطر ، شعر منظوم أو منثور ، ألم ، فرح ، شوق ، ضجر أو ببساطة لا شيء سوى بعض الأحرف المتناثرة. أى شخص بهذا الكون يمكنه أن يمسك الورقة والقلم ويكتب بأوائل ساعات الليل أو بأواخره أو حتى بوضح النهار ، قد يكتب فى مكتبه، وقد يكتب على سريره، وقد يرغب فى الكتابة أمام جهاز التلفزيون . وقد لا يكتب إلا بوجود فنجان من القهوة مراً أو حلواً، أو بوجود كأس من الشاى ، ولكنه دائماً وبكل الأحوال وسواء أكان كاتباً شاعراً أو شخصاً عادياً لابد أن يكتب منفرداً ، حتى ولو كان حوله العديد من الأشخاص لابد أن تنزوى نفسه فى زاوية ما من روحه بعيداً عن المكان وعن الآخرين ، لأن هذا هو سحر الورقة والقلم .

نحن لا نحيا حياة واحدة ، بل ربما وعبر حواسنا ومشاعرنا وأفكارنا ربما نحيا عدة حيوات ، وفى كل حياة نرى الكون برؤية مختلفة ، فحين تُمسك أصابعنا الأوراق والقلم وتبدأ بكتابة كل ما يجول فى المشاعر والأفكار تتحول

هذه الكلمات على الأوراق إلى حياة أخرى ، حياة تحزن ، تفرح ، تتألم ، تبكى أو تضحك ، تقابل الآخرين ، ترغب فى وجودهم أو تنفر من هذا الوجود ، فالورقة والقلم بحد ذاتهما عالم آخر ، ألم تر كيف يغرق الطفل الصغير بورقته الملونة، يرسم ويلون وفى كل كلمة يكتبها أو صورة يرسمها يبتعد أكثر فأكثر عمن حوله بل قد ينسى أمه وأباه. فإذا أردت أن تحيا حياة أخرى ، أكتب الكلمات التى تجول بأفكارك ، وأرسم المشاعر التى تعتلج بصدرك ، ولون الأحلام التى ترغب أن تتحقق ، وأرسم الألم الذى تشعر به ثم امحِهِ عن الورقة فتشعر بأنه يكاد يتلاشى من نفسك.

نحن لا نحيا حياة واحدة ، نحن نحيا حياتنا وحياة الآخرين معنا، نحن نحيا ونعيش حياة كل المخلوقات من حولنا ، ربما أحد أخطاء الإنسان المعاصر هو تركيزه المطلق على حياته الخاصة ، كان الإنسان فى عصورٍ مضت بل وفى سنوات ليست بعيدة يشعر نفسه جزءا لا يتجزأ من هذا الكون ، فحتى الحيوانات فى منزله لهم جزء من وجوده ، حتى الأشجار فى حديقته لهم قصة ولهم حضور فى روحه وأفكاره، كان يعيش حيوات كل من حوله ، ولكن الإنسان الآن يريد أن يعيش حياته فقط ، بل ويصر على أن يحياها هى

فـقط ، ويصـارع لأجل هذه الحـيـاة الفـردية المطلقـة ، كلمـا اتسـعت دائرة حياته واضطر لأن يُدخل بها آخرين شـعر أن هذا الدخول الاختيـارى أو القسرى قد ثقل عليه ، لأنه لا يريد أى حـيـاة أخـرى غـير حـيـاته ، بل قـد يـشـعـر البـعض ممن يتزوجون حديثاً بأن الزواج قيد على حيـاتهم الفردية ، وأنهم يخسرون الكثير من الاستقلالية وحرية القرار ، والحقيقة هى أنهـا ليست اسـتـقـلالية أو حـرية قـرار بل هـى رغـبـة عـمـيقـة وأصبحت متجذرة بأن يحيا كل شخص حياته هو فقط . حين يعتـرى الروح الخواء والضـجر رغم الزفـاهية لا نسـتطيع أن نقدم لها الإجابة لأننا أجبرناها على أن تحيا حياة واحدة ، وهى خُلقت كى تحيـا عشـرات الحيوات من حـولهـا ، عـبـر العطاء والمحبة والانتماء للوجود .

أن تحـيـا حـيـاتك فـقط ، يعنى أن ترى الوجـود من جـانب واحد مـغلق ومتقوقع على الذات، أن تحيا حياة واحدة هو أن تلبى احـتـيـاجـاتك، أن تطور ذاتك، أن تكون ذاتك هـى السـيـد وهى الخـادم ، هـى السـيـد بمطالبـهـا المادية والمعنوية ، وأن تكون خـادمـا هـو أن لا ترى فيـمـا يُطلب منك سـوى المصلحـة المادية أو النفـعـيـة ، وأن تقلص مـسـاحـة الوجـود فى قطبين اثنين لا ثالث لهما وهو العرض والطلب.

الألم والحكمة لا يجتمعان

لا يجتمعان فى القلب ولا العقل ولا الوجود بأكمله ، الحكمة لا تعرف الضعف ولكنها تعلم أنه مجرد حالة تمر من حين لآخر، ولكنها لا تستمر الزمن كله وإن استمرت ليس لأنها قانون الحياة بل إرادة من يعانى منها أو من لا يستطيع التعامل معها. بينما الألم يعترف بالضعف بل يرغب فى وجوده لأن بأعماق الضعف يتربع الألم بكل أبعاده ولكنه يجد الأعذار كل الأعذار عبر الضعف ، فلا حجة أقوى من ضعف نفسى ، معنوى أو جسدى .

الحكمة لا تعرف الأسى ولا الحنين لأنها تدرك أنها برحلة طويلة أو قصيرة بهذه الحياة ، وتبدو كل البلاد وكل البشر متشابهين ، بينما الألم ولكن لماذا يتألم الإنسان ؟ حين يفقد شخصا عزيزا عليه يتألم ، حين يمرض، حين يتم تجاهل مشاعره ، حين يضطر لمغادرة وطنه، حين لا يحصل على ما يريد ، حين ... حين ... حين أشياء لا حصر لها ، ولكن هل كل ما يملكه الإنسان هو ملكه فعلاً ؟ لماذا ننسى دائماً أننا فى رحلة قصيرة أو طويلة الأمد؟ لماذا

نرى الحياة دائماً بعيون الفقد لا بعيون الإيجاد؟ أى أننا نفكر دائماً فيما لم نحصل عليه وننسى ما حصلنا عليه ؟ ولماذا تبدو ممتلكاتنا بهذه الحياة دائماً مادية ؟ أليس الحب ثراء ؟ أليس العلم ثراء ؟ أليست عزة النفس ثراء ؟ أليس الإيمان ثراء؟

الحكمة فقط تخبرنا أن ما نملكه حقاً ليس ما حولنا ولكن ما يقبع بأعماقنا ، نحن دائماً وعلى مدار السنوات والأيام نتعرض للفقر ، للثراء ، للضعف ، للقوة ، للانكسار ، للانتصار ، أى أننا فى حالة متبدلة متغيرة ولكننا نرفض أن نعترف بوجود هذا التغيير ونبدو بحالة صراع دائم للتمسك بما لدينا ، وننسى ما يقبع بأعماقنا ، وننسى أننا نحافظ على ما نتملكه من ماديات عبر الثراء الكامن بأعماقنا، عبر الذكاء، الحكمة ، البصيرة ، وحين لا نعثر على الكنز الكامن بأعماقنا لن نجد كنوز الأرض ، وحتى لو وجدناها لن نستطيع أن نحافظ عليها .

لكى نفهم الألم لابد من إعادة الذاكرة بعيداً إلى الوراء إلى ما كان يؤلمنا ويُبكينا فى الماضى والذى أصبح الآن مجرد ذكرى ، بل حين نتذكر كل تلك الدموع نقول لأنفسنا :

" لأى درجة من السذاجة كنا كى نبكى كل ذلك البكاء" لكى نفهم الألم لابد أن نعلم أنه لا يأتى من الخارج بل يتم غرسه والعناية به فى الروح ثم تمتد فروعه وثماره إلى كل الجسد . لكى نفهم الألم لابد أن نعترف بداية بأننا رغبنا فيه بل ربما أحببنا وجوده لأنه يبدو كمظلة لكل نقاط الضعف ، ولعدم القدرة على اتخاذ القرار وتغيير حياة بأكملها.

ولكى نفهم الحكمة لابد أن نعلم أنها تأتى إلى عقول تراجعت قليلاً إلى الوراء لترى الصورة بوضوح أكبر ، لتتأمل ملامح من تعتقد أنها تعشق ، كى تتأمل أرواح من تعتقد أنها تعشق ثم تقرر إن كان ذلك الآخر يستحق الحب أم لا، الحكمة لا تمنح الحب المجانى بل لابد من تقديم ما يثبت الصدق والجدارة .

لكى نفهم الحكمة لابد أن نترك كل ما نرغب فيه بقوة ولو للحظات على أبواب القلوب ، ثم نتتبع الشعور إن كان هذا ما نرغب فيه أم أنه مجرد وهم أو سراب نلحق به لأجل سعادة خيالية ليس لها مكان إلا بأوهامنا ، أى أن الحكمة صديقة الحقيقة ولا تتخلى عنها . ولكى نقبل الحكمة لابد أن نقبل الحقيقة معها وإلا لن نصل للحكمة وسوف تخادعنا الحقيقة.

وللحكمة درجات ، منها درجات متدنية بأن نفهم رغباتنا ونسعى لها وحين نحصل عليها نستمتع بها وإن لم نحصل عليها لا نأسف عليها بل نتقبل الواقع ، وهناك حقيقة راقية وهى أن كل مانملك لن يكون إلا لوقتٍ مجهول لنا ومعلوم عند الله تعالى لذا لا داعى للحزن ولا للأسى .

ولكن أعلى درجات الحكمة هى ، البحث عن حقيقة الحياة فى كل موقف وكل فكرة وكل شعور ، هذه الحقيقة التى تجعل الصعب سهلاً ، والقبيح جميلاً ، والبعيد قريباً إنها العلم العميق والأكيد بأننا خُلقنا لعبادة الله تعالى والتفكر بما خلق، وحين تضيق بنا الأرض بأن نلجأ للسماء ، هناك حيث لا صراع ولا كره ولا ضغينة ، فقط أرواح عرفت خالقها وارتحلت إليه قبل أن تأتى ساعة الرحيل عبر العبادة والتأمل والحب.

الألم والحكمة لا يجتمعان ، لأن الحكمة لا تعرف الألم ، لأنها تدرك أنها إن حصلت على كل ما بهذه الأرض لن يكون لها ، والألم يرفض أن يصدق هذه الحقيقة ويعتقد أن كل ما يملكه هو حق له ، ويبقى يحلم ويصارع لأجل ما لايملك .

الألم والحكمة لا يجتمعان ، لأن الحكمة تعلم أن الحب ليس سوى شعور جميل مهما كانت طبيعة الآخر لأن الحب لا يُبنى على المادة ولكن على الشعور ، بينما الألم لابد أن يعبث بهذا الشعور ولابد أن يُلبسه رداء المادة وأن على الآخر أن يكون كما نريد ، أن يقدم ما نريد ، أن يحيا كما نريد وهو ما يتناقض مع مفهوم الحب شديد البساطة .

الألم والحكمة لا يجتمعان ، لأن الحكمة ترفض أن تبكى حزناً بكل يوم وليلة ولكنها تبحث عن الحلول ، وتجد العبر والدروس عبر الأزمات ، بل وربما تحمد الله على الأزمة أو حتى المأساة ، بينما الألم لابد أن يبكى بأى وقت وحين يشاء بحرج أو بدون حرج ، الألم لا يبحث عن الحلول ولكنه يغرق فى المأساة ، لا يجد العبرة وإنما يغرق فى اليأس .

الألم والحكمة لا يجتمعان ، لأن الألم لا يعرف المنطق ، لأن المنطق رفيق للحكمة ، بينما الاستسلام و عشوائية التفكير رفيقا الألم . الأصعب من إيجاد الحكمة أو تجنب الألم هو كيفية الوصول إلى طريق الحكمة ، وكيفية التعرف

على الألم وعلى أساليبه فى السيطرة على الروح والنفس .

طريق الحكمة هى الانقياد لله تعالى والتوكل عليه ، وعدم الحزن على ما مضى ولا كثرة التأمل فيما سيأتى ، بل النظر للحياة بكل ما فيها كوسيلة للتقرب لله تعالى ولفهم هذا الوجود . أما تجنب الألم فهو تجاهله ولكن دون معالجته ، وقد يبدو تجاهله وسيلة لا بأس بها للاستمرار فى الحياة ولكن إن لم تتم مواجهته سوف يبقى دائماً فى مكانٍ ما دفين من النفس يضعفها ويرهقها إلى أن تستسلم له ، ولا ينقذ النفس من مكر الألم إلا الحكمة النقية الصافية والباحثة عن الحقيقة كل الحقيقة ، مهما كانت مؤلمة وجارحة فذلك أهون عليها من الحياة مع الأوهام والكذب.

لسنا سوى مشاعر...

في حقائبنا المليئة بالأموال أو الذكريات لا نتذكر سوى مشاعرنا تجاه موقف ما ، تجاه شخص ما ، تجاه مكان ما .
نحن نحيا حياة متغيرة متسارعة كل لحظة بها تتحول وبتوالٍ متسارع إلى ماضٍ نضمه إلى ملفات الذكريات، كل لحظة نعتقد أنها ستدوم وتدوم ولو استمرت لسنوات لا تلبث إلا أن تتحول لقصة وذكرى ، أى أننا نحيا هذه الحياة بجزئين، جزء يحياه الجسد ويرافقه الروح والعقل والقلب، وجزء يحياه الشعور، ما يتعلق بالجسد لا يلبث أن يمضي بحكم مرور الزمن ولا يمكن إيقافه ، أما الجزء المتعلق بالشعور فهو ما يبقى بل يرافقنا حتى آخرِ لحظة من حياتنا .

حتى حين يفقد أى شخص الذاكرة يفقد الصور والملامح والأماكن ولكنه بجزء غامض وخفي من ذاته يتذكر عبر الشعور ، لا يستطيع أن يترجم الذكرى ولكنها كامنة بين الضلوع والأنفاس ، لأنه فقط الشعور هو من يلتصق عميقاً

بذواتنا الدفينة .

لذلك وحين يتحول الحب إلى رغبات مادية أو جسدية يفر سريعاً لأنه لا يبقى إلا لأجل الشعور ، ولا يستمر إلى حين يوجد الشعور، وحين تنحسر مساحة الشعور أمام رغبة مادية أو جسدية لا يبقى شعورا بل يتحول لحاجة ، لذلك يمضى حين تنتهي الحاجة فلا يكون شعورا بل رغبة أو شهوة أو حاجة ملحة أو مؤجلة ولكنها وبكل الأحوال لا تنتمي لعالم الشعور .

أكثر الناس إدراكاً وفهماً لعالم الشعور هم الأطفال وكبار السن ، لأنهم يحبون دون هدف ، فالطفل يحبك لأجلك أنت حتى ولو أغضبته أحياناً يبقى يحبك لأن شعوره الدفين الغريزى يقول له إنك تحبه فيقبل كل شيء منك حتى ولو كان الغضب . أما كبير السن فعلم أن الوجود كله ليس سوى هذا الشعور بالقناعة ، بالتخلى ، بالحب دون هدف ، بالاقتراب من النهاية فيصبح عالمه بحراً من المشاعر الهادئة والتى تختبىء خلف ابتسامة مُتعبة ، ولعمق شعوره تقل كلماته لأنه يعلم أنه قد لا يستجيب لكلماته أحد فيكتفى بأن يحيا بعالم الشعور ويرضى عن حياته به لأنها أجمل وأرق رغم تألق الحياة

المادية من حوله .

ماذا لو انتقلت علاقاتنا جميعها إلى عالم الشعور ، للحظات ، لدقائق بل للعمر كله ؟ ماذا لو منحنا الآخر الشعور بالحب دون انتظار المقابل؟ ماذا لو عفونا فقط لأجل الحب ! ماذا لو تناسينا فقط لأجل المودة ! ماذا لو توقفنا عن الحزن فقط لكى نحمد الله كما يستحق أن يُحمد! ماذا لو أننا كنا عابرى سبيل بهذه الحياة نمر بأدب فى البلاد الغريبة ، نمنح الهدايا ونقبلها دون تفكير مسبق ودون رغبات لاحقة ! ماذا لو كنا أرواحا تبحث عن السكينة لا أجسادا تلهث وراء المنافع والرغبات والشهوات!

إنها ليست صورة مثالية للحياة ، وليست صورة خيالية لعالم الأرواح بل هى محطة استراحة فى يوم مُتعب تعود به أنت وأنا إلى بيوتنا بعد يوم من الأصوات والوجوه والكلمات والأحداث ، تعود للحظات إلى عالم الشعور ، تضع كل الأحداث والكلمات والأصوات فى مكانها بمساحة الشعور ، هل تحب ما حصل أم لا؟ هل يعجبك ما حصل أم لا ؟ هل تريد أو لا تريد ؟ من أغضبك ومن أدخل السعادة لنفسك

ومن أضجرك ؟ ومن جعلك تحب يومك أو تكرهه؟ ألا ترى معى أن حياتنا كلها هى حفنة مشاعر نخبئها هناك بأعماقنا الدفينة بل قد ندفنها بكل يوم ، ولكنها فى لحظات الصمت مع الذات تطفو بهدوء وبأدب ودون ضجيج وتبدأ أن تهمس لنا بما تريد وبما لا تريد ، بما تحب وبما تكره ، فمن منا يستمع لها ويثق بقرارتها التى يقولون كثيراً إنها ليست حكيمة ؟ حين يريد أى منا أن يأخذ قراراً حكيماً فليمكث مع صمته و مشاعره وسوف تتكفل مشاعره بأن تخبره بما يجب أن يكون، وحتى حين تخطىء فهى لا تكذب أبداً ، بينما قد تكذب أفكارنا ، وقد تجاملنا ، وقد تطلب منا أن نحب من نكره ، وقد تطلب منا أن نجامل من لا نطيق وقد تطلب منا أن نمثل دور الأحياء ونحن بأعماقنا أموات ، ولكن الشعور لا يعرف الكذب ، لا ينافق ، لايطلب إلا ما يريده فعلاً ، ونحن حين نرحل وحين نبتعد وحين ننسى وحين نشيخ لا يتبقى لنا ومنا سوى هذا الشعور .

قد لا نغار من امتلاك الآخرين للماديات وقد نغار، ولكن الغيرة تملأ قلوبنا حين يقول من نحب إنه يحب غيرنا، فلماذا؟

لأن أغلى مساحات الإنسان وأعمق أبعاده تكمن فى هذا الشعور النقى الطاهر الرائع ، تكمن بإحساسه بالحب سواء للآخر أو للوجود أو حتى للجماد من حوله ، فمن منا لا يحب بيته وسريره وسيارته ، إنها ليست جمادات بل أجزاء من الوجود ونحن لسنا سوى مشاعر انعكست من بريق العالم المادى .

لذا وحين تحيا ، أحرص أن تحيا لأجل مشاعرك ، وأن تحب لأجل مشاعرك، وأن تمنح لأجل مشاعرك ، وأن تعبد الله تعالى لأجل مشاعرك، وأن تسامح وتغفر لأجل مشاعرك ، وإن لم تستطع أن تجعل مشاعرك جميلة فلابد أن تنساها ، أن تتجاهلها، أن تتجاوزها لأنها فعلاً وحقيقةً هى كل ما تملك بهذا الوجود ، فاحرص على أن تكون جميلة وألا يمتلكها أحد

مقالات

حول كتب أدبية
وأبحاث علمية غربية

روحٌ واحدة وأفكار متعددة

(أنت تجرب ما تؤمن به ، فى ذات العالم الذى تعيش به ما هو سلبى أو إيجابى يبدو أنه نفس الشيء ، إنه إنتاج لما تعتقد أنه حقيقة.) "بات رودجاست"

(لا أحد يستطيع أن يقيس مدى ما يحتمله القلب حتى الشعراء لا يستطيعون ذلك.) "زيلدا فيتزجرالد"

(ليس لأن الأشياء صعبة لا نتجرأ على الإقدام على ما نريد ، ولكن لأننا لا نتجرأ على الإقدام فالأشياء تبدو صعبة.) "سينكا"

(لابد أن تطالب بالأحداث فى حياتك لكى تصبح حياتك ملكاً لك.) " آن ويلسون شايف"

(السلاسل لا تجعل الزواج يستمر ، بل خيوط ، مئات من الخيوط الصغيرة جداً التى تنسج حياة اثنين خلال السنوات "سايمون سينغورت"

(الشخص لا يقع فى أو خارج الحب ولكنه ينضج مع الحب.) .

"ليو بوسكاليا"

(أكبر اكتشاف لأى جيل أن البشر يمكنهم تغيير حيواتهم بتغيير طريقة تفكيرهم.) "ألبرت شفيتزر"

(لنحيا حياة مُبدعة ، لابد أن نفقد شعورنا بالخوف أن نُخطيء.) "جوزيف شيلتون بيرس"

(الشعور الرومانسى هو أن لا ترغب أن تهرب من الحياة ولكن أن تمنع الحياة من الهروب منك.) "توماس وولف"

(المنطق الخالص يُتلف الروح) " أنتوان دو سانت إكسوبري"

وفى تفسير هذه المقولة :

(يقول أحد الأزواج: أكره أن أقول ذلك ، أنا منطقى، عقلانى نوعاً ما لايمكن الوصول لمشاعرى ، أحب زوجتى كثيراً ، ولكن حين تقول لى إنها تريد المزيد من المشاعر أو الرومانسية لا أدرى ماذا تقصد بالضبط ...الحقيقة أنه لا توجد لدى تعابير رومانسية، وحين حاولت أن أستمع إليها أدركت أن الرومانسية تتعلق بأشياء صغيرة وبسيطة ويومية وأدركت أن المنطق الذى أتمتع به قد يساعدنى فى إيجاد كلمات بسيطة قد تُسعدها) "

(جميعنا نريد أن يتم الاستماع لنا ، ولكن ليس الاستماع فقط بل أن يتم فهمنا أيضاً ، أن يتم سماعنا لمعرفة ما نفكر به وما نقصده أيضاً) "ديبورا تانين"

(انطلق إلى القمر ، فحتى لو لم تصل إليه سوف تهبط بين النجوم) " ليس براون"

(الشعور بأننا نستحق بأن نحصل على كل شيء مثلما نريد ينتهي بتدمير العفوية) " ليندا فيلتنر"

(الذين يفشلون بالتعلم من الماضي محكوم عليهم بتكراره من جديد) " سانتانيا"

ترجمة هذه المقولات العالمية لم تكن بهدف ترجمة الحكمة لدى جنسيات أخرى ، فالترجمة موجودة دائماً ، ولكن الهدف من ترجمتها هو أن يشعر كل منا أنه قريب من أى إنسان آخر على هذه الأرض ، بأحلامه ، بآلامه ، بفرحه وبحزنه ، بما يريد وبما لا يريد ، إنها ليست ترجمة لمقولات عالمية فقط بل ترجمة لفكر أى إنسان بهذا الوجود ، وأرقى حالات الإنسان هو شعوره بأنه ينتمى لأى إنسان آخر بشعوره وتفكيره وابتعاده عن القسوة والحكم المُسبق والتعصب والاعتزاز بالعرق أو الدين فالعزة لله تعالى . إنها مقولات

تجعلنا أكثر فهماً وقرباً ورفقاً للبشر من حولنا وأننا لسنا جزرا متناثرة فى محيط الحياة ولكننا أرواح تنتمى لخالقٍ واحد أمرنا بالتعاطف والمحبة والأمل وحذرنا من الظلم والقسوة . فلا غرابة فى أن الروح لا تعرف اللغة ولا الجنسية لأنها ببساطة لا تحتاجها للتعبير عن نفسها.

إدمان الإنترنت

Les addictions à internet""

إدمان الإنترنت " كتاب صادر عام ٢٠١٠ من تأليف الطبيب النفسى الفرنسى ميشيل أوتفُى والدكتور دان فيليا دكتور نفسى فى عدة مستشفيات فى باريس ومسئول عن عدة مراكز نفسية علاجية بفرنسا. الدكتور ميشيل أوتفُى مؤسس لمركز "إماجين" فى فرنسا لعلاج المدمنين ، وهو مؤلف لكتاب "الإدمان وسلوكيات إدمانية". الكاتبان هما أول من أشارا إلى وجود عنصر الإدمان فى الإنترنت وأول من كتبا حول نظرية إدمانه دون مخدرات سواء للبالغين أو للأطفال. واعتبرا أن هذا النوع من الإدمان مُعترف به من المجتمع بعكس المخدرات ، فهو لا يُقلق الأهل ولا يصدم المجتمع. ويعتبران أن إدمان النت أحد فروع الأمراض النفسية والعقلية.

يقول الكتاب إن المجتمع المعاصر أصبح نشيطا فى الهرب من الواقع ، من الملل والإحباط والإنترنت ساهم بهذا الهرب. فعالم الإنترنت عالم سهل الوصول إليه والسيطرة عليه وتغييره .

المشكلة تكمن في وجود عنصر الإدمان ، وإدمان النت ضار للكبار والصغار على حد سواء ويتفاقم بالنسبة للصغار بسبب نظرة الأهل الإيجابية له. يعتبر مؤلفا الكتاب أن هذا الإدمان حديث ودون مخدرات ومقبول ، حيث إن المجتمع لا يقبل الإدمان الذى لا يمكن السيطرة عليه أو الذى يشكل خطرا ؛ لذا يتم تجاهل إدمان النت أو عدم التعرف عليه.

الشخص المدمن عادةً شخص يعيش معاناة ما ، يريد أن يملأ الفراغ الاجتماعى أو العاطفى الذى يشعر به ، ومن أنواع هذا الإدمان ما يتعلق بالألعاب الإلكترونية ، المحادثات "chats" البريد الإلكترونى وقد يزيد النت من إدمان موجود سابقاً مثل مشاهدة الأفلام الإباحية أو ألعاب القمار الشراء عبر النت. ما يميز عالم النت ويجعله جاذبا هو أنه يسمح لأى شخص مهما كانت خلفيته الأخلاقية والنفسية والاجتماعية أن يختلق لنفسه هوية جديدة ، ويجد لذاته عالما من الأحلام حيث يحل التواصل الافتراضى محل العلاقات الاجتماعية الحقيقية التى قد تثير بعض المخاوف أو الصدود. الحالة المرضية لا تنشأ من الأداة نفسها بل ممن يستعملها وكيفية استعمالها ،

بالنسبة للبعض النت يعوض عدم الإشباع أو الصعوبات فى الحياة الحقيقية ، إدمان النت مثل كل أنواع الإدمان الأخرى هو جواب ملتف حول المشكلة الأساسية هذا مع الأخذ بعين الاعتبار ، ما يشكله النت من خطر حقيقى بحالة العنف موجه لذات الشخص أو للآخرين حيث إن النت يمكن أن يُغذى أى توجه سلبى أو إيجابي. الكتاب لا ينفى أهمية النت العلمية والثقافية والتواصلية ولكنه رسالة تحذير للمجتمع وللأسرة خصوصاً بالنسبة لصغار السن الذين يبدون أكثر هشاشة فى مواجهة هذا العالم الافتراضى شديد الاتساع وعميق الخطورة.

هذا الكتاب دفعنى إلى إجراء أبحاث أخرى متعلقة بتأثير النت على الفرد وخصوصاً الفيس بوك ، وهى دراسات أمريكية صادرة عن مراكز أبحاث مختصة وهذه بعض نتائجها:

ـ تم إجراء بعض الأبحاث العلمية مؤخراً والتى أثبتت وجود تغيير فى أدمغة مدمنى النت ، حيث لوحظ وجود انخفاض فى الحجم لبعض مناطق الدماغ ويحصل تغيير أشبه بالتشويش للمادة البيضاء الموجودة بين خلايا الدماغ

وهى أعراض مشابهة لما يحدث فى أدمغة مدمنى الهرويين وأنوا ع أخرى من المخدرات. كما اكتشف العلماء وجود علاقة سلبية بين حجم الدماغ وبين الوقت الذى يتم قضاؤه على النت ، أى كلما طالت المدة كلما زاد التأثير على الدماغ.

_ قام الباحثون بسؤال مجموعة من الأشخاص حول كيفية تأثير النت على حياتهم ، هل يشعرون بالعصبية بحال تركهم للنت ؟ هل يستعملون النت للتخفيف من التوتر أو الهروب من المشاكل ؟ هل يستعملونه لمقاومة الشعور بالعجز والذنب أو الكآبة ؟ هل فقدوا بسبب النت علاقة ما أو فرصة عمل أو تعلم ؟ هل يتم الكذب بخصوص استعمال النت وكيفية استعماله؟ إذا كان الجواب بنعم على الأقل على خمسة من هذه الأسئلة فلابد للشخص من مواجهة كونه مدمنا أو معتادا أكثر مما ينبغى على النت .

– اتضح للعلماء أن المنطقة المتأثرة لدى مدمنى النت هى المنطقة المتعلقة بالناحية العاطفية ومهارات التفكير والانتباه ، وأن التغييرات التى تحدث للدماغ مشابهة للتغيرات التى تحصل للدماغ بحالة إدمان الكحول أو المخدرات.

- أحد الحقائق فى علم الأعصاب أن كل التجارب تترك أثرها على الدماغ ولكن الأطفال هم الأكثر تأثراً لأن أدمغتهم بمرحلة تطور ولا يوجد لديهم خبرات واقعية كافية مقارنة مع ما يقدمه لهم النت.

الفيس بوك:

أما فيما يتعلق بالفيس بوك فقد خلصت بعض الدراسات والأبحاث العلمية إلى ما يلى:

_ ملايين الأشخاص يسجلون عبر الشاشة لأجل الصداقة، أطفال من عمر ٨-١٧ سنة لديهم فيس بوك خاص بهم أى أن أجزاء بأدمغة الأطفال تبدو مُهددة. وهى ممارسة لا يمانعها الأهل لأنهم يشعرون بالأمان لبقاء أولادهم فى المنزل بينما يجد الطفل كامل حريته عبر الشاشة.

_ الشبكات الاجتماعية تُرضى الشعور الأساسى للإنسان بالانتماء وبث الرسائل واستقبالها تعتبر قيمة يشعرها مشترك الفيس بوك على مدار الساعة ، وبنفس الوقت يترافق هذا التأكيد الدائم للانتماء مع الابتعاد عن قلق المواجهة وجها لوجه لمحادثة حقيقية.

- يتجنب مشترك الفيس بوك البحث عن أجوبة ذكية ، ويتجنب حركات الجسد التى يمكن فهم حقيقته من خلالها كما يتجنب إظهار نبرة صوته . أى أنه يتجنب كل مهارات، المحادثة الطبيعية ويصبح أقل اهتماماً لتقييم الآخرين له وهذا ما قد يغير طبيعة المحادثة بين الناس.

_ لاحظ بعض المدرسين تغييرا فى قابلية الطلاب مستخدمى الفيس بوك بكثرة فى فهم مشاعر الآخرين مقارنة مع الطلاب فى سنوات سابقة ، لقد كانت الروايات فى السابق تساعد فى فهم مشاعر الآخرين وبذلك يمكن فهم شعور الطفل المتوحد بالارتياح حين يلعب ألعاباً إلكترونية كما أن كثرة مشاهدة هذه الشاشات الإلكترونية قد تكون عنصرا مهما فى التسبب فى التوحد.

_ يبدو أن الكمبيوتر يشكل إدمانا مثل أى إدمان آخر حيث إنه يمس أنظمة الدماغ الأساسية لأنه يمنح شعورا ممتعا على مدار الساعة ، ولكن هذه التجارب مع الكمبيوتر عقيمة المعنى على المدى البعيد ، ومن المحزن أن يقضى الإنسان ماله ووقته فى لعب ألعاب وإجراء محادثات دون هدف أو نتيجة تنعكس إيجابياً على حياته الواقعية.

- يبدو أن الفيس بوك يدمر العلاقات ويتسبب فى العديد من حالات الطلاق ، فلا أحد يحب أن تقول زوجته أو أن يقول زوجها لأحد آخر أنت جميل أو رائع. وهو سبب لإثارة الغيرة بسبب كل تلك الصور والأخبار والكلمات التى قد تكون حقيقية أو لا تكون ولكنها أكيد مؤثرة.

ـ تحول الفيس بوك إلى نرجسية اجتماعية لإظهار الذات واكتشف العلماء أن التباهى ورفع شأن الذات تؤثر مباشرة بمراكز حسية تجلب الفرح . واتضح أن الأقل استعمالاً له أشخاص أكثر نظاماً ويستعملونه لأسباب مهنية .

ـ يعبر مشتركو الفيس بوك عن مشاعرهم وأفكارهم وهم بذلك يمنحون كمية كبيرة من خصوصيتهم ، ورغم إفصاحهم عن هذه الخصوصية قد لا يعرفون الشخص الذى يتحدثون إليه فى الحقيقة ، بل يتحدثون لمجرد صورة ومعلومات شخصية قد تكون حقيقية أو زائفة ، وهو عالم خيالى يمكنك به أن تكون من تشاء ولكن ليس بالضرورة أنت.

ـ فى دراسة أُجريت عام ٢٠٠٨ أوضحت أن ٤٠٪ من مجموع البروفيل فى الفيس بوك مزيفة وليست حقيقية . كما أن إرسال معلومات حقيقية به مخاطر عديدة لا مجال للحديث عنها .

ـ لاحظ الخبراء أن أصدقاء الفيس بوك مختلفون تماماً عن أصدقاء الحياة الحقيقية . الأشخاص الذين يشعرون بتقدير للذات متدنٍ يشعرون بالأمان والتعويض باستعمالهم للفيس بوك .

ـ فى تقرير نُشر فى بريطانيا للديلى تلغراف تم نشر نتائج قامت بها جامعة سالفورد تقول إن أغلب حالات القلق والتوتر تتعلق بالفيس بوك وشبكات النت وأنها تسبب نقصان الثقة بالنفس بسبب المقارنة المستمرة مع الآخرين ، مما ينعكس على العمل والعلاقات الحقيقية.

ـفى بعض الدول الآسيوية تم فتح مراكز صحية نفسية لمعالجة الإدمان من الفيس بوك.

ـ المدمنون له لديهم فترات عدم انتباه وقابلية لعدم التركيز وتنتابهم سعادة كبيرة حين يرسل لهم رسالة أو طلب صداقة وهو شعور يشعر به من يأخذ جرعة دوبامين (مادة كيميائية موجودة بأجسامنا تُفرز بقوة حين يحصل شيء مُفرح مثل مغامرة أو رياضة أو مخدر ما) لذا يبدو أنه من الصعب الابتعاد عنه.

- البعض من مستخدميه تأثرت حياته الخاصة لأنه يشعر أنه خارج الفيس بوك كسمكة خارج الماء لذا يمكنه أن يضحى بعلاقات حقيقية لأجل الفيس بوك.

أورد أحد التقارير هذه النقاط ليمتحن الشخص إلى أى حد هو مدمن أو لنقل لا يستغنى عن الفيس بوك ، فإذا وجد أربع أو خمس نقاط تتطابق مع حالاته فلابد أن يُعيد التفكير بطريقة استعماله للفيس بوك:

١- يبدأ بتجنب الناس أو الحديث معهم ويفضل الشات .

٢- نصف أصدقائه على الفيس بوك أشخاص لا يعرفهم ولم يقابلهم.

٣- توجد صورة لأى شخص بحياته حتى لقطته أو لكلبه على صفحته.

٤- حتى لو ذهب لتغلى القهوة يصور نفسه ويرسل صورته.

٥- من السهل التواصل معه عبر الفيس بوك أكثر من الهاتف.

٦- يخبر أصدقاءه ليلة الامتحان بأن الامتحان سوف يكون كارثة ولكنه لا يدرس تحضيرا لامتحانه.

٧- لديه أكثر من بروفيل على الفيس بوك.

٨- يصادق أولاده وزوجته وجيرانه عبر الفيس بوك.

٩- أول شيء يعمله حين يستيقظ أن يتفقد صفحته وإذا أرسل أحد ما رسالة له .

١٠- يشعر أنه محبط إذا لم تصله أى رسالة من صديق.

١١- يشعر أنه يجب أن يرسل likeلكل ما يرسله أصدقاؤه حتى ولو لم يحب ما يرسلون أو ما يكتبون.

كل ما ورد أعلاه معلومات علمية تمت ترجمتها ولا رأى لى بكل ما كُتب أعلاه ، ولكن ما دفعنى لقراءة الكتاب ولترجمة هذه المقالات العلمية ليس استعمال البالغين للنت بل الأطفال،

حين أرى أن أطفالنا يقضون الساعات خلف شاشة الكمبيوتر لأجل الفيس بوك أو مواقع التسلية أو حتى المواقع الإباحية ، فإن أقل ما أفعله أن أترجم هذه المعلومات ، أغلى ما نملكه كبشر هو أدمغتنا وقد كرم الله تعالى الإنسان بعقله، فإن استهان الإنسان بأغلى ما يملك لن يصبح لديه أى شيء ثمين بعد ذلك ، والأخطر هو أدمغة أطفالنا رجال ونساء المستقبل ، نحن فى عصر لابد لنا به من التوقف والتفكير

أمام تكنولوجيا جذابة مُبهرة ولكنها مستنزفة لإبداع وذكاء الإنسان إن لم يستعملها بصورتها الصحيحة.

-Connected مرتبطون

- Nicholas A. Christakis, MD, PhDدكتور في جامعة هارفرد

? James H. Fowler, PhDدكتور مساعد في جامعة كاليفورنيا

٢٠٠٩

" القوة غير العادية للشبكة الاجتماعية وكيف تشكل حيواتنا"

ما يُميز العالم الغربي ليس فقط التطور التكنولوجي ولكن أيضاً أن الباحثين الاجتماعيين بهذه المجتمعات يراقبون ويدرسون التطورات النفسية والاجتماعية التي تترافق مع التطور التكنولوجي، وتتتبع التطورات الاجتماعية التي يمر بها المجتمع. نحن ننتقد المجتمعات العربية لعدم وجود ما يكفي من الأبحاث العلمية ولكننا يمكننا أيضاً أن ننتقده وبشكل كبير بسبب الإهمال الكبير للدراسات والأبحاث الاجتماعية في مجتمعات متغيرة وتخضع لتأثيرات عديدة

علماً أن الأبحاث الاجتماعية لا تحتاج لتكاليف باهظة كالأبحاث العلمية ، لذا لفت نظرى هذا الكتاب حول علاقات الناس ببعضهم البعض وتأثير ذلك على الفرد والمجموع بظل تغيرات اجتماعية واقتصادية متسارعة .....يفند الكاتبان وبشكل دقيق العلاقات البشرية الاجتماعية فى كتاب يقع فى ٣٣٣ صفحة ، والكتاب تم تأسيسه بناء على أبحاث ودراسات استمرت لسنواتٍ عديدة وعلى شرائح واسعة من الأشخاص ، وأترجم الأفكار الأكثر قرباً من ثقافتنا العربية مع علمى الأكيد بأن تأثير الثقافة الغربية لم يعد مجرد ظواهر فردية بل أصبح سلوكا ونمط حياة بل وعقيدة بالنسبة للبعض.

المشاعر:

كل أنواع المشاعر السعيدة أو التعيسة يمكن أن تنتشر بين شخصين أو أكثر أو مجموعة أكبر من الأشخاص ، أظهرت النتائج أن المشاعر لها أصل جماعى وليس فرديا فقط ، وما تشعر به يعتمد على ما يشعر به من أنت مرتبط بهم. الناس فى العالم لديهم أفكار ومعتقدات مختلفة ولكن لديهم مشاعر متشابهة وردود أفعال متشابهة مثل تفضيل الأصدقاء السعداء على الكئيبين ، الرحماء على القاسين

والمُحبين على العنيفين . مهما كان ما يبحث عنه الأشخاص فإن شبكة العلاقات تعتمد على جذب من يُشبههم وهو ما يُنافى أن الناس يتقابلون ويختارون بعضهم البعض وفقاً للحظ أو المصادفة .

الزواج :

فى دراسة تم إجراؤها على حوالى ٤٩،١ من الأزواج تمت متابعتهم خلال ٨ سنوات ، اتضح أن الزواج السيء يُسرع من تدهور الصحة مع التقدم فى العمر وهو يتعلق بالتواصل السلبى مع الزوج أو الزوجة ويُشكل ثقلا أكبر على جهاز المناعة ، وبالنتيجة فإن موت الزوج الذى لا يحب الزوجة ولا يهتم بها أو الذى لا تحبه الزوجة ولا تهتم به لا يؤذى الصحة لهذا فمن غير المفاجيء أن نمضى وقتاً طويلاً فى البحث عن شريك حياة ، لأن مواصفات الشريك الذى نرتبط به سوف يكون له أثر كبير على كل تفاصيل حياتنا.

مرحلة البلوغ :

اتضح من خلال الدراسات أن الأطفال الذى يعانون من مشاكل فى مرحلة البلوغ يعانون من عدم وجود نظام بحياتهم ولا مراقبة أو اهتمام بهم وكذلك نقص فى الاتصال بين الأطفال وآبائهم.

ميكروبات :

الميكروبات ليست فقط الأمراض التى تنتقل من شخص لآخر، كذلك التصرفات تنتشر بين البشر ، مثلاً الرفاق يؤثرن على المراهقين سواء بعادات الأكل أو بسلوكياتهم الأخلاقية وكذلك الغرباء يؤثرون علينا، فحين نجلس فى مطعم بجانب أشخاص يأكلون كثيراً سوف نأكل كثيراً أيضاً، وهو التأثير دون وعى واسمه (الأكل دون عقل) ((mindless eating

ويبدو أننا لا نستطيع إلا أن نُقلد الآخرين حتى ولو كانوا بعيدين عنا عن طريق التأثيرات النفسية والعقلية.

التأثر بالبدانة :

هل البدانة مُعدية ؟

عندما يكون الناس أحرارافيما يفعلون فإنهم يُقلدون بعضهم البعض ، عندما نرى شخصا يأكل أو يركض فإن نفس الانفعالات لدينا تتحفز فى الدماغ كما لو كنا نحن من يأكل أو يركض. فى السنوات العشرين الأخيرة حصلت تغيرات كبيرة حول حيوية الإنسان ، الاختراعات، الجلوس كثيراً التسلية والتحولات الاقتصادية والخدمات وكذلك تحولات دراماتيكية باستهلاك الأكل بسبب انخفاض سعره

وتوافر كميات كبيرة منه . والتقليد يمتد للتدخين وتناول الكحول سواء من الأشخاص القريبين أو الأبعد ، ولقد وُجد أن الأصدقاء يؤثرون على بعضهم البعض أكثر من الأزواج بالنسبة للبدانة ، وأن الأصدقاء من نفس الجنس يؤثرون على بعضهم البعض أكثر من الجنس الآخر . واتضح أن شرب الكحول يبدو أكثر تأثيراً من قبل المرأة فإذا كانت المرأة تشرب فعلى الغالب أن زوجها وصديقاتها سوف يتبعونها ، ولكن حين يشرب الرجل فإن ذلك له تأثير أضعف على مُحيطه ويبدو أن النساء هم مفتاح للانتشار على شبكة النت. وكما أن البدانة مُعدية فوجد أيضاً أن السعادة يمكن أن تنتشر كذلك ألم الرأس والتعب أو الحكة.

الانتحار:

عدوى الانتحار قد تكون الأثر الأكثر تدميراً لقوة شبكة النت ، تزداد هذه الظاهرة على النت بسبب وجود أشخاص آخرين يحفزون هذه الميول ، ظاهرة الانتحار توجد فى المجتمعات الفقيرة والغنية وتوجد حالات إنتحار فردية وأخرى جماعية منظمة ، لوحظ بعد عدد من الدراسات وجود حالات

انتحار حين يتم نشر مقال أو رواية توفر أسبابا منطقية للانتحار .

" هناك من يجعلنى أشعر بالمرض":

إنه تعبير دارج ولكنه يعكس حقيقة ، فصحتنا تعتمد على أكثر من حالتنا البيولوجية أو حتى اختياراتنا وردود أفعالنا ، كذلك تعتمد على بيولوجية وردود أفعال من حولنا. القيمة الرديكالية الفردية الغربية تقول إن الإنسان سيد قدره ، وإنه بإجراء التغيير حول ما نأكل وما نتصرف سوف تتحسن فرص حياتنا وإنتاجنا العقلي، ولكن الصورة أكثر تعقيداً فالشبكة الاجتماعية تؤكد أن ما يحصل للآخرين سواء نعرفهم أولا يؤثر بنا .

مفتاح أساسي، ما يتم إنفاقه فى تحسين صحة موظف ما يسهم بتحسين صحة من حوله سواء أفراد عائلته أو زملائه ، فهمنا للسلوك الاقتصادى يتطلب منا معرفة أن أى رجل أو امرأة ليسوا جزرا منفصلة فالأشخاص مترابطون وصحتهم وكونهم بحالة جيدة مترابط أيضاً.

قوة العلاقات الضعيفة:

توضح الدراسات أن الصلات الضعيفة تشكل جسورا من مجموعة لأخرى، فوجد أن أغلب العمال يجدون عملا بواسطة زميل قديم أو موظف سابق يعرفونه وكذلك يجد الأشخاص أصدقاء أو أزواجا بواسطة علاقات اجتماعية ضعيفة وليست بالضرورة قوية.

مرتبطون سياسياً:

فى ليلة انتخابه قال أوباما فى خطابه (لم أكن المُرشح الأكثر حظاً فى هذا المنصب ، لم نبدأ بمبلغ مالى كبير ولكن بنينا بواسطة عدد من الرجال والنساء الذين قدموا خمسة دولارات أو ١٠ أو ٢٠ دولارا) وكان مبلغ ما حصل عليه ٦٠٠ مليون دولار من أكثر من ٣ ملايين شخص . أدرك أوبا ما ومنذ البداية أهمية الإنترنت فمرشحوه كانوا يتواصلون عبر الرسائل الإلكترونية والتليفون أكثر من مرشحى كلينتون.

السلوك الإنسانى والجينات:

اتضح من الدراسات أن الجينات لها علاقة بكون الأشخاص اجتماعيين أم لا ، وأيضاً تؤثر على مكاننا فى الشبكة الاجتماعية الواسعة المحيطة بنا، فالشخص الذى لديه

شبكة اجتماعية أوسع يكون لديه أيضاً تنوع جينى أكثر ثراء من الشخص المنعزل، والجينات لا تؤثر فقط على عدد الأصدقاء بل وعلى مكان الشخص فى الشبكة هل هو على أطرافها أو في المركز منها. العنصر الوراثى يؤثر أيضاً على كون بعض الأشخاص جذابين أكثر من غيرهم سواء لمظهرهم الخارجى أو لصفات خاصة كما وتؤثر على كونهم بدناء ، مدخنين ، يميلون للسعادة أو للتعاسة أو حتى على التوجه السياسى.

الوحدة :

الجينات تؤثر كذلك على القدرة على تكوين علاقات اجتماعية وذلك حسب الحالة العاطفية والشعورية ، الشعور بالوحدة ينتج عن تعارض بين الرغبة بالتواصل الاجتماعى وبين الواقع الاجتماعى الذى يحياه الشخص. فإنه من المحتمل أن جيناتنا تؤثر علي نظام حياتنا الاجتماعى وعلى أمزجتنا.

كم من الأصدقاء يمكن أن يكون لديك؟:

رغم ادعاء البعض أن لديه المئات من الأفراد فإن العقل البشرى لا يستطيع التواصل سوى مع عدد محدود من

العلاقات، إن التواصل ليس العنصر الأساسي ، الأهم هو القدرة العقلية البشرية لتتبع العلاقات الاجتماعية ومعرفة من يتواصل مع من.

التواصل عبر النت ، حقيقة أم خيال:

شيء واحد يميز عالم النت هو القابلية لتقديم صورة مخالفة للواقع، فالشخص غير الجذاب يمكن أن يقدم نفسه كشخص جذاب ويُجرى التغييرات السهلة لذلك ، بهذا يوفر العالم الخيالي الفرصة لمن لايكون لديه الثقة بالنفس أن يُصبحوا مركز اهتمام ولو من خلال العالم الخيالي. التواصل عبر النت يُفرز نفس النتائج والظواهر التى تدور فى العالم الحقيقى سواء من حيث الطمع ، المشاعر ، المنفعة الشخصية أو الخيانة.

ولكن هذا التواصل قد يؤدى بنا إلى فقدان الخصوصية وذلك باستبدال الأصدقاء المقربين بعلاقات ضعيفة وهشة عن بعد. الكثيرون ممن يتواصلون عبر النت يخلقون عالما خياليا لا يمت للواقع بصلة ويعرفه أحد المفكرين :(تواجد عدد كافٍ من الأشخاص يوافقون على هذا الواقع المستحيل فيتحول إلى حقيقة).

ومشكلة أخرى تتمثل بأن هذا التواصل السهل يوفر أعدادا غير محدودة للتواصل معها وهذا التواصل له ثمن ، لدى وجود أشخاص أصحاب نوايا ونوازع شاذة أو غير أخلاقية خصوصاً بالنسبة لصغار السن ، فحوالى ٥٠٪ من عناوين الإيميل فى أمريكا لأشخاص مجهولين يتجولون عبر غرف المحادثة والمواقع المختلفة دون رقيب وهذا التواصل السهل يوفر فرصة اجتماعية جيدة لمن يعانون من العزلة أو الخجل ولكنه وبنفس الوقت قد يروج لأفكار خطيرة مثل مرض النحافة (أنوركسيا) ، الانتحار، التخريب ، الشذوذ الجنسى، الفوضى ، التطرف أو العنصرية.

كما و أن مشاعر الغضب والرغبة فى الانتقام تكون ذات المشاعر التى تنتاب الشخص فى العالم الحقيقى ، والتأثير الاجتماعى ينتشر على النت كما فى العالم الحقيقى ، ولكن بعض الأشياء تنتشر بسهولة أكبر مثل عادات الطعام والتدخين وتأثير الأصدقاء.

تأثير النت :

يمكن اعتبار النت من أشد الوسائل تأثيراً على السلوك البشرى ، خصوصاً على صغار السن وتقليدهم لبعضهم

البعض ففى السابق كان التأثير يتم بشكل بطيء وبصورة أصعب ولكن حالياً يتم التأثير عبر الضغط على زر صغير.
مثال على هذا التأثير :

المرض النفسى المتمثل بإحداث جروح فى الجسد ، فقد تم إرسال ٤٠٠ رسالة تتضمن طرق إحداث هذه الجروح ، مما زاد من عدد من يقومون بها بصورة مأساوية ، خصوصاً أن هذه الرسائل تأخذ مظهرا جذابا ومتعاطفا ، كذلك بالنسبة لأى شذوذ أخلاقى فيمكن أن يجد صاحب هذا الشذوذ الدعم النفسى والاجتماعى عبر النت مما يزيد من انتشار هذه الظاهرة لأن هناك من يبررها ويدعمها. وكذلك بالنسبة للسلوك الإجرامى وطرق تنفيذ الجريمة . أو إجراء عمليات التجميل التى لا ضرورة لها ، أو التسويق لمنتجات التنحيف ولوصفات طبية مشبوهة .

حقيقة :

الحقيقة الأكيدة هى أننا نأخذ حياتنا الواقعية إلى عالم النت عبر الفيس بوك ، حيث توجد شبكة علاقات غير محدودة لأشخاص نعرفهم أو يمكن أن نعرفهم وأن التأثير الاجتماعى عبر النت ينتشر كما فى العالم الواقعى ، وأن شبكة العلاقات

عبر النت لها حياة خاصة بها تتطور ، تتشوه، تموت، تتحول أو تختفى ، والتواصل عبرها له نتائج تتجاوز حدود ما يمكن التكهن به ، بل إن العلاقات الواقعية يمكن التكهن بنتائجها ، ولكن كل ما يدور فى العالم البصرى من خلال النت هو عالم يبدو مجهول النتائج مهما كانت الثقة الممنوحة له خصوصاً حين يتم التصرف بعفوية تحت ذريعة كونه مجرد عالم خيالى يتحرك من خلال شاشة جهاز الكتروني.

تعليق أخير :

لا يمكن ترجمة جميع صفحات هذا الكتاب فى مقال مختصر ولكننا فى عالم مترابط حتي ولو كان يبدو أن كلا منا يعيش حياته، نحن نتجاهل هذا الترابط ولكنه يفرض ذاته ويُفاجئنا بنتائجه ولو بعد سنوات... وأخيراً فإنه قد آن الآوان لكل عائلة أن تدرك أن ما يتعامل معه أولادنا ليس جهازا تكنولوچيا متطورا وينمي الذكاء بل هو عالم كامل يتضمن كل إيجابيات وسلبيات العالم الواقعى ولكن خطورته تبدو أكبر ، لأنه يكمن صامتاً وضئيل الحجم فى كل زاوية من بيوتنا. والأخطر هو أننا نتأثر بكل التطورات التكنولوجية ولا يترافق ذلك مع دراسات اجتماعية حول تأثير ذلك على المجتمع

والفرد ، فنقف عاجزين أمام مشكلات معاصرة لمن حولنا نعرف ظواهرها ولكن لا نعرف أسبابها أو كيفية علاجها ، ويبدو أن فئة الشباب هى الأكثر تأثراً بهذا التناقض الثقافى والشخصى والفكرى المعاصر غير المترافق مع فهم علمى لظواهر اجتماعية معقدة انتابت مجتمعنا بشكل متسارع.

تأثير قراءة الأدب على المراهق

فى دراسة فرنسية مثيرة للاهتمام ، تحدثت الدراسة عن أهمية قراءة الأدب بالنسبة للمراهقين ، وقد تم إجراء هذه الدراسة تأثراً بكتاب أصدرته الدكتورة النفسية الأمريكية "ماريا روثنبورغ" المتخصصة بعلاج الأطفال الذين يعانون من صعوبات نفسية أو عقلية أو الأطفال الذين يعيشون أوضاعا اجتماعية صعبة.

خلصت الدراسة إلى أن المراهقين الذين يعيشون أوضاعا نفسية واجتماعية صعبة يستطيعون عبر قراءة الأدب أن يجدوا أوضاعا مشابهة لأوضاعهم ، وأن يخرجوا من قوقعة المعاناة التى يعيشونها عبر القراءة إلى عوالم أخرى ، وأن تصبح لديهم القدرة على الحلم وعلى تشكيل مشروع مستقبلى خاص بهم. ونفس النتيجة توصلت لها دراسة أخرى، تمت فى كولومبيا ، كانت نتيجتها أن الأطفال الذين لديهم طفولة ضائعة أو مشوشة ، أعطتهم القراءة الأمل والقدرة على تشكيل حياة أخرى لها آفاق مستقبلية.

لقد أثبتت هذه الدراسات أهمية القراءة بالنسبة للطبقات المُهمشة والتى لديها صعوبات حياتية متعددة ، لأن الكتاب

. يصبح الباب الوحيد الذى يمكنهم من تجاوز عتبة المعاناة والظروف القاسية نحو الحرية ، بينما الفئات الأخرى التى تحيا حياة طبيعية تكون القراءة بالنسبة لها بابا من بين أبواب أخرى.

الخيال الأدبى يسمح لهم بالهروب من واقع شديد الوطأة، وجو المكتبة يسمح لهم بإيجاد علاقات مسالمة وهادئة . القراءة تسمح للمراهق أن يصل لمكان آخر بعيد عن الواقع الذى قد يتصارع معه أو يرفضه ، فيذهب عبر الكتاب لعالم لا صراع له به ، إلى منطقة هادئة حيث الإنسان يُشكل نفسه كموضوع . القراءة تسمح بقطع العلاقة مع الوسط المُعتاد ليس هروباً منه ولكنها تساعد على الابتعاد عن الواقع فى سن تنتاب خلالها المراهق تغييرات جذرية سلوكية وعقلية وعاطفية .

الحلم فى متناول الجميع ، والحلم يسمح بتخفيف ضغوطات كبيرة وثقيلة ، عبر الحلم يستطيع المراهق اختراع حياة جديدة مما يؤدى لتخفيف حدة الضغط النفسى والاجتماعى خصوصا لمراهق يعانى صعوبات أسرية أو اجتماعية.

فى سن المراهقة يبدو ضغط المجموعة قويا جداً ، وتأثر المراهق بها عميق أيضاً وقد تعتبر هذه المجموعة أن زميلهم المراهق حين يقرأ فإن القراءة تؤدى به إلى خيانة من طرفه لهم لأنه يبتعد عن "الشلة" عبر الكتاب ، ولكن ابتعاده قد يكون مُنقذا له خصوصاً إن كانت هذه المجموعة شديدة الانتقاد له ، أو توجه سلوكياته ، فتأتى الثقافة بتعقيدها لتمكنه من أخذ مسافة بالابتعاد خصوصاً الكتاب مقارنة مع الأشكال الأخرى للثقافة منها الرسم أو الموسيقى أو المسرح.

ماذا يوجد فى الكتب؟

يجد المراهق فى الكتب أجوبة حول جسده والتغييرات التى تنتابه نفسية أو عاطفية وهى أجوبة لأسئلة قد لا يجرؤ على توجيهها لمن هم أكبر منه ، أو قد لا يجد الجواب الكافى لتساؤلاته . قراءة الكتب تسمح له أن يكتشف جزءا من ذاته يبدو له غامضاً لأن الكتاب يقول له ما يشعر به دون أن يتمكن من التعبير عنه وهو ما يسمح بتخفيف الضغط عنه . الأدب داعم لإيقاظ ما يوجد بأعماقه من مشاعر ويسمح له أن يأخذ مدة للتفكير بما يقرأه ، وذلك بعكس المسلسلات والأفلام التى لا تمنح هذه المساحة للانفراد مع الذات والتفكير بعمق.

الأدب دائم الإيقاظ لما هو بأعماق الإنسان ، فالكاتب يقوم بعمل بطيء وتنفيذ مهمة معقدة فهو المُشكل للمعنى ، والكتابة هى مهنة المراقبة للذات وللعالم الخارجى لهذا يجد الكاتب صدى لما يكتبه لدى من يقرؤون له. القراءة هى أيضاً مشاركة (أن تقرأ يعنى أن تتواصل) أن تتشارك مع أشخاص آخرين بقراءة كتاب ما ، فيتحول الكتاب لوسيط بين طرفين . القراءة هى طريق المراهق لينفتح على ما هو جديد وإعادة تشكيل علاقات اجتماعية جديدة وتسمح بتحرير الذات عبر الذهاب لعوالم أخرى مفتوحة الآفاق.

توجد مشكلة إضافية بالنسبة للأطفال الذين يعيشون ثقافات متعددة وقد تكون متضاربة أيضاً ، كطفل عربى يعيش فى الغرب* أو العكس ، يجد المراهق صعوبة فى تشكيل قصة متماسكة وهوية متوازية مع القصة ، لأنه يعيش عالما متناقضا بين هويته وبين المجتمع الذى يعيش به . فتأتى الثقافة كى تخفف من حدة هذا التضارب فى الهوية لمنحه هوية الأدب والفكر وهو ما يخفف ضغط هذه المعاناة بل وقد يسمح بتجاوزها، لأن الأدب يتجاوز الحدود الثقافية خصوصاً إن كان أدبا عالميا وليس أدبا محليا محدودا وضيقا.

وخلصت الدراسة إلى النتائج التالية:

- لابد من فتح الكتب للاطلاع عليها أمام المراهق وليس الاكتفاء بأن يُطلب منه أن يقرأ ، ولا يجب الضغط عليه لأجل أن يقرأ.

- ليحصل على متعة القراءة لا يجب أن يكون هناك إجبار على القراءة.

- القراءة تمنح خصوصية فردية ولابد من احترام هذه الخصوصية.

ونعود لذات السؤال فى مجتمعنا العربى ، من منا يقرأ؟ وكم كتاب يقرأ ؟ بل كم صفحة يقرأ؟ فى ظل التكنولوجيا المعاصرة وما وفرته من قتل للوقت والإبداع والانفراد بالذات للتأمل وإعادة ترتيب الأولويات والأفكار ، تبدو القراءة عالما يتباعد عن كوكبنا المليء بالشاشات الإلكترونية ... فى حين أن أول آية نزلت على الرسول الكريم " صلى الله عليه وسلم" (إقرأ)

وتكاد لا تنتهى الأبحاث العلمية التى تكتشف فوائد القراءة على صعيد الفرد والمجتمع : إن عمق مشكلة عدم القراءة وتعقيدها يكمن فى الاعتقاد أنه لا فائدة من القراءة ،

وربما توجد فائدة بسيطة قد يجربها أى منا لدقائق هى أن يُمسك أى كتاب ويقرأ بعض سطور منه ، ثم يختبر ما طرأ على تفكيره ونفسه من تغييرات ثم يقرر إن كان يرغب أن يتابع أو يتوقف عن القراءة. ويكفى من القراءة أنها تسمح لأى منا سواء مراهق أو متقدم فى السن أن ينعزل فى زاوية ما من الوجود مع كتابه وذاته بعيداً عن من يحب أو من لا يحب ، أن يكون ببساطة مع نفسه بصمت ودون مجاملات أو اعتبارات وأن يكون له كل العذر بأن يكون فى عزلته لأن الكتاب يمنحه هذا العذر الذى لا يُناقش.

رواية "قبل أن أموت"

Before I Die
Jenny Downham,2007

"أطفأت النور وراقبت عائلتى من خلف النافذة ، ربما أنا ميتة ، ربما هذا هو كل شيء ، الأحياء سوف يستمرون فى الحياة ..وأنا سأستمر فى هذا العالم الفارغ ، أطرق دون صوت هذا الزجاج الذى يفصل ما بينى وبينهم"

بلغة انجليزية رقيقة تتحدث بطلة الرواية صغيرة السن عن حياتها التى تتأرجح بين الحياة والموت لكونها مصابة بسرطان الدم ، ومن غير المألوف أن تتم كتابة رواية عن حالة مريض يقترب تدريجياً من الموت بإدراك ومعرفة كاملين ، تحاول فى كل لحظة أن تحيا مثل أى إنسان عادى وتضع قائمة للأشياء التى ترغب فى القيام بها قبل أن تموت ، ولكنها تدرك ومن خلال أحداث الرواية أن تلك الأشياء البسيطة التى ترغب فى القيام بها صعبة لأن طاقتها الضعيفة لا تسمح لها بذلك.

تنتهى الرواية بأحداث تراها البطلة أو الكاتبة ما بعد موتها وكيف تنسحب من الحياة ببطء ، رغم كونها ميتة

بالنسبة لمن حولها إلا أنها ترسم أحداثا قصيرة لما بعد موتها وفى النهاية تقول:

"صوت العصافير تطير منخفضة عبر الحديقة ، ثم لا شيء ، لاشيء ، سحابة تمر ولا شيء مرة أخرى ، الضوء يتسلل عبر النافذة ، ثم يتسلل لى وإلى أعماقى".

بهدوء وصمت تقودنا سطور الرواية للتفكير العميق بالموت، هذا الحاضر الغائب، البعيد القريب، يرصدنا ونتجاهله، يراقبنا ونغفل عنه، وحين يداهمنا ندرك أخيراً وأولاً أنه الحقيقة الوحيدة التى تبقى رُغم أكوام الحقائق التى كدسناها طوال حياتنا والتى تتبعثر كشظايا أمام حضوره العملاق.

وماذا لو كان الموت ليس غائباً ولا بعيداً ! نرصده ولا نتجاهله ، نراقبه ولا نغفل عنه ، يكون الموت بهذا الحضور المُسيطر بالنسبة لأولئك الذين فرض عليهم مرض خطير أن يعيشوا متجاورين مع الموت ، فكل خطوة وكل حركة قد تكون باتجاه الحياة أو نحو الموت وهم فقط من يعرفون القيمة الحقيقية للحياة وللصحة وللشمس التى تُشرق كل يوم ؛ رواية

" قبل أن أموت" هى تجسيد لمعانٍ عديدة لاقتراب الموت ، منها الألم والانسلاخ عن من نحب وما نحب.

لا تتطرق الرواية بأى صورة للناحية الإيمانية حتى فى الفصول الأخيرة منها ، كقارئة لا يحق لى تقييم الكتاب من الناحية العقائدية ، ولكننى وبمجرد الانتهاء من قراءته أدركت أن الأصعب من الموت هو الموت دون إدراك كينونة الوجود ونهاية الإنسان الحتمية وأننا لسنا سوى ودائع أودعها الله تعالى فى هذه الأرض ويستردها حين يشاء .

معاناة بطلة الرواية استمرت طوال السنوات الطويلة من حياتها القصيرة ، وكأنها تنظر إلى الساعة المُعلقة على الجدار الرمادى تنتظر الدقيقة الأخيرة ، ومن يقرأ الرواية لابد أن يستيقظ فى كل يوم يفتح النافذة ويبتسم ، لأنه يحيا ويرى السماء والشمس ومن يحب والأجمل أن يدرك أن الله بكل شيءٍ محيط.

انكساروتفتح...

Broken Open

Elizabeth Lesser 2005 -

"انكسار وتَفتُح"

كيف للأوقات الصعبة أن تجعلنا ننضج!

كاتبة هذا الكتاب مُحاضرة فى جامعة فرانسيسكو وفى كلية برنارد ، كبيرة مستشارى مؤسسة أوميغا وأحد مؤسسيها وهى مؤسسة معروفة دولياً ومتخصصة فى علاج الصحة العامة للإنسان نفسيا وعقلياً وروحياً .

تكمن أهمية الكتاب فى وصفه الدقيق للشعور الإنسانى وخبرتها العميقة بما يعترى النفس البشرية من انكسارات أو انتصارات. إنه كتاب لجميع الجنسيات وجميع العروق لأنها تتحدث بلسان إنسانيتها وليس جنسيتها ، وهو كتاب له قيمة لأنه يُعلى من قيمة الألم فى حياة البشر وأن هذا الألم قد يكون ميلادا جديدا لحياة أفضل ، فى كتابها لا ترفض الألم ، ولا تلوم القدرة الإلهية بل تتقبل القدر وتحترمه ، وتمنح رؤية وبصيرة لكل معاناة بأن تكون طريقا نحو النور.

تقول فى بداية الكتاب الذى يقع على ٣٠٢ صفحة:

" كم هو غريب أن طبيعة الحياة تتغير ، بينما طبيعة البشر ترفض التغيير. وكم هو ساخر أن الأوقات الصعبة التى نخشاها والتى قد تدمرنا هى التى تجعلنا نتفتح وندرك ماالذى كان يجب أن نكون عليه . نعرف جميعاً أشخاصا أصابتهم الأمراض أو الإفلاس وقبل أن تصيبهم هذه الأحداث لم يعرفوا ذواتهم حقاً أو ماذا يريدون ، فى أكثر لحظات انكسارهم عرفوا معنى التواضع والتفتح ، وفيما بعد جمعوا القطع المتناثرة من ذواتهم واكتشفوا شغفا جديدا للحياة وآخرين انغلقوا على الألم ولم يعرفوا ميلاداً جديداً".

ثم تقول عن أخطاء الإنسان:

"اذا كانت الأخطاء تزودنا بفرص أفضل وبتطور أكبر ، فلماذا نحاول دائما أن نبدو بكامل الثقة وكأننا لا نخطىء طوال الوقت؟ فى النهاية ، إذا كان من حولنا يعانى من أشخاص غير سعداء ويعانون ومتجهمون يحاولون عمل شىء جيد أكثر مما يعانون فهم ببساطة سعداء مع ذواتهم ، إنهم أولئك الأشخاص بإنسانيتهم البسيطة الذين لا يرفضون الانكسار والمعاناة ويتقبلون ذلك كجزء من الحياة، أولئك هم

الذين يستطيعون نقل الجبال ، وأصحاب الديانات العظيمة كانوا من هؤلاء البشر".

تشير لمقولة أحد الحكماء :" الحكمة الوحيدة الحقيقية تعيش بعيداً عن البشر، تعيش فى عمق الوحدة ولا يمكن الوصول لها إلا عبر المعاناة".

فى مقابلة لها لصديق مشهور أصابه الشلل ، قال لها بهدوء وهو يجلس على كرسيه المتحرك:

" فقط عبر المعاناة يتم كسر الكبر الكامن فى الذات البشرية ، وحين يُكسر هذا الكبر ترى هذه الذات حقيقتها ، ولكن الروح ترى هذا الانكسار فرصة عظيمة للتعلم ، حين تكون الروح آمنة فمن ماذا سوف تخاف؟ إن الحب والإيمان أقوى من أى تغيير ، أقوى من الشيخوخة وأقوى من الموت. الكبر ، إنه مثل هذا الكرسى المتحرك ، استعمليه ، ولكن لا تعتقدى أنه أنت...لا تأخذى نفسك بصورة شخصية جداً ..لا تكونى فخورة أكثر مما ينبغى لأن كل شيء ممكن أن يتغير.."

" الاستماع للروح هو أن تتوقف عن الصراع مع الحياة ، أن تتوقف عن الصراع حين يتكسر ما حولك ، حين يمرض

الإنسان ، حين يخونه من يحب وحين يُساء له أو يُساء فهمه ، الاستماع للروح هو حالة من الهدوء ، وأن نرى أنفسنا بوضوح وأن نستسلم لعدم الراحة وعدم الثقة ، وحينها يتحرر الإنسان من عبء رغبته في السيطرة على كل ما حوله ، أحياناً من الحكمة أن تتناثر الأشياء من حولك كي ترى ما هو حقيقي وما هو مزيف ...لذا الانكسار فقط يقودنا نحو الحقيقة."

خلال الكتاب تستعرض تجارب صعبة لأشخاص تعرفهم معرفة شخصية وكيف تتحول المعاناة لبناء متكامل لحياة جديدة . ثم تُفرد صفحات مطولة حول التأمل سواء بالمفهوم الغربي أو وفقا للثقافة الآسيوية . وفي نهاية الكتاب تتحدث عن الصلاة:

" اذا كنت تريد أن تصلى إذاً فلا تقلق ، وإذا كنت ستقلق إذاً لا تكلف نفسك عناء الصلاة . أن تصلى هو أن تترك اعتقادك أنك تسيطر على حياتك . الصلاة تمنحنا طريقا خارج دائرة الذنب ولوم الذات لأنك تتوجه لمن يسامح ويغفر".

قراءة هذا الكتاب تشبه رحلة طويلة فى خبايا وأعماق الذات البشرية، بهزيمتها وانتصارها، بتطورها أو بتراجعها ،

بإرادتها أو انحسارها ، بتفتحها أو انغلاقها . رسالة الكتاب العميقة هى أن الحياة لا يُفترض بها أن تكون طريق زهور ولكنها طريق متغير متقلب ، والفكر الإنسانى الناضج فقط يستطيع أن يدرك أن الحكمة فى هذه الحياة ليست بالرفاهية بل بالتكيف مع الظروف والنهوض بعد كل كبوة.

العقل المفكر والإبداع

cracking creativity""

"تكسير الإبداع أو تفتق الإبداع"

للكاتب مايكل ميكالكو

يتحدث الكتاب عن التفكير الإبداعى ، كيف يصل المبدعون إلى الأفكار؟ ماذا يميز تفكير أديسون ، بيكاسو ، بيرنارد شو عن غيره من المبدعين؟

الجزء الأول من الكتاب يقدم طرقا حول الكيفية التى ينظر المبدع من خلالها إلى المشكلة بطريقة غير تقليدية ، وأنه يسلك طرقا لم يسلكها أحد من قبله . وجعل الفكرة مرئية عبر الإنتاج الفكرى أو العملي.

الجزء الثانى من الكتاب يتحدث عن أن الشخص المبدع يفكر بما لا يفكر به شخص آخر ويقدم الكاتب عدة طرق ووسائل للمبدع يستعملها لإيجاد حلول وأفكار جديدة:

- التفكير بسلاسة وبإنتاجية وهى طريقة غير عادية لتحسين الإبداع .

- عمل روابط جديدة وربط ما يصعب ربطه فى صميم العمل الإبداعى : الإبداع هو قابلية الربط بين شيئين مختلفين

بطريقة غير عادية ورائعة ، الفنانون ومصممو الإعلانات التجارية عادةً ما يربطون بين الأشياء العادية بطريقة غير عادية.

_ البحث عن كلمات أخرى كوسيلة للعمل الإبداعي ، يقول الفيلسوف أرسطو: " إذا استطاع الشخص أن يماثل بين منطقتين منفصلتين من الوجود وأن يجد رابطة بينهما فهذا الشخص بالتأكيد يكون موهوباً".

– إيجاد ما لا تبحث عنه ، وهو طريق المصادفة . تاريخ الاختراعات مليء بالمصادفات التى قادت إلى نتائج باهرة ، عالم النفس سكينر يجسد هذه الفكرة بقوله:" حين تجد شيئا مثيرا للاهتمام أترك كل شيء حولك وأدرسه ، فالناس لديهم ملايين المصادفات الرائعة التى توفر لهم رؤية بعيدة المدى ولكنهم لا يركزون على تجاربهم هذه ومن ثم يفقدون كثيرا من الفرص".

– إيقاظ الروح التعاونية لأن ذكاء الجماعة أوسع من ذكاء الفرد.

هذه هى الأفكار الرئيسية للكتاب ، ولكن الكتاب يحتوى أيضاً على تعريف للشخص المبدع ويصفه على الوجه التالى:

- الفـرق بين الشـخص المبـدع والشـخص العـادى أن المبدع يعرف ببساطة كيف يفكر بدلاً من أن يعرف ماذا يفكر.

- المبدع لديه الوقت الكافى ليُنشىء مفاهيم جديدة ويقول لنفسه إن كل شيء ممكن لأنه فى عقله كل شىء ممكن.

- المبدع ينظر للمشكلة بطريقة مختلفة عن أغلب الناس ، يربط بين الأفكار والصور بطرق متعددة.

- المبدع يدرك جزيئات فى العالم لا يراها أغلب الناس العاديين ويمكنه الربط بين هذه الجزيئات بطريقة لا يستطيعها الأشخاص العاديون ؛ كذلك يفكر بالمتناقضات بطريقة مختلفة عن الآخرين .

- المبدع يُنتج لأن أفكاره فائضة ، وعقله يعمل دائما وهو مشغول بشكل مستمر ، ويفكر طوال الوقت .

كيف يمكن أن تكون مبدعا :

يمكن لأى منا أن يكون مبدعا وان يفكر كمخترع ، مثال بسيط : أنظر إلى الصور من حولك وفكر كيف يمكن لك أن تغيرها . يقول ماكس بلانك أب نظرية الكم : " لابد للعالم أن يكون لديه خيال فكرى نشيط" أينشتاين أيضاً كان واضحا

بخصوص حقيقة أن نظرياته كانت "نتيجة الاختراع الحر للخيال". إيزرا بوند قال : "الإبداع هو القدرة على رؤية ١٠ اشياء بينما الشخص العادى لا يرى سوى شيء واحد فقط". .

هذا الكتاب قادنى إلى البحث عن معلومات أخرى حول العقل المفكر أو المبدع أو العقل العادى الذى يمتاز بصفة التفكر والإبداع:

الشخص المفكر حسب تعريفه فى قاموس اللغة الإنجليزية:

إنه الشخص الذى يتمتع بنشاط فكرى ويطور تذوقه للأدب والفن ، شخص يستعمل فكره ويقدر على إظهار قدرة عقلية عالية الدرجة فكريا. استعمال الذكاء أكثر من المشاعر أو الغرائز ، انتصار العقلانية على الجزء الحيوانى من عقل الإنسان. شخص يمرن عقله للوصول إلى قرار.

بينما مجلة "هيلث آند هيلينغ " الإلكترونية عرفته بما يلي:

العقل المفكر عكس العقل البدائى ، يركز على الحلول ولا يوجد لدى الحيوانات، حين يحيا الإنسان معتمداً على عقله المفكر تدور الأشياء بنعومة فى حياته ، يسيطر على واقعه

ويتخذ القرارات المناسبة ويقبل الأشياء كما هى ثم يركز على إيجاد الحلول للمشاكل. العقل المفكر يركز على ما يريد وليس على ما لايريد ولديه القابلية للتفكير بوضوح وعمل تحليل جيد للوضع الذى يحياه.

وهو يختار أن يكون سعيدا ، وأن يستعمل الغضب حين لا توجد عدالة ، ولكن حين توجد نسبة عالية من التوتر ويتراكم هذا التوتر حتى يصل إلى نقطة يتم فيها إغلاق العقل المفكر وسيطرة العقل البدائى، وتختلف درجة صعود العقل البدائى من شخص لآخر. للعودة إلى العقل المفكر نحتاج إلى الانسحاب من العقل البدائى ويتم ذلك بإدراة مستويات التوتر؛ بمعنى آخر ، لابد أن نتعلم كيف نهدأ وحين نهدأ نسترجع السيطرة ونُعيد ترتيب أولولية الأشياء من حولنا ؛ نبدأ بإعادة تخطيط حياتنا كما نريد .

العلاقة بين العقل البدائى والعقل المفكر يمكن وصفها كعلاقة الأب بالابن ، العقل المفكر هو الأب و البدائى هو الابن، الطفل يعلم متى يرمى أى شيء على الأرض ليحصل على ما يريد،

وذلك يترافق مع شعور الأب بأنه لا يسيطر على الوضع ويعلم الطفل بذات الوقت أن والده يقف عاجز أمامه . العقل البدائي يعمل بنفس الطريقة ، يقذف الأشياء ليحصل على ما يريد ليسيطر على الوضع ، كلما ضعفنا كلما سيطر العقل البدائى ، ولكن الأب يستطيع استعادة السيطرة ويقول هذا يكفى ، وكلما فرض العقل المفكر نفسه كلما أصبح هذا الجزء من الدماغ أقوى ، بقدر ما تتم إدارة مستويات التوتر لدى الإنسان بقدر ما يكون لديه القدرة على إحداث التغييرات التي يريد بحياته.

الإبداع والخيال يتواجدان فى الجزء الأيمن من الدماغ ، بينما المنطق وحل المشاكل يتواجدان فى الجزء الشمال من الدماغ ، بينما الكتاب يحتاجون إلى الجزئين معا ليتمكنوا من نسج قصة أو رواية جيدة ، الكاتب يحتاج لأن يُبدع ، أن يستعمل تعبيرات زاهية وأشخاصا جذابين لتقديم عمل جيد، الحقيقة أن دماغ الكاتب عضو متفرد ، يعمل بطرق مختلفة ولكن كوحدة واحدة .

التعبير اللغوى هو تعبير لتبسيط شرح الفكرة ، بينما الإبداع هو عملية توسيع الفكرة ، حين يكون الشخص مبدعا

يكون لديه طريقة ثلاثية الأبعاد ، يربط المفاهيم بطريقة غير خطية أو نمطية ويصل لمواضيع ثرية وعميقة إنسانياً ومحفزة للنقاش ، حين ننغلق فى طريقة تفكير خطية ونمطية نمنع العملية الإبداعية من التقدم بشكل منتج.

تخلص هذه الأبحاث وأبحاث أخرى إلى أن كل إنسان لديه قدرة على الإبداع ، ولكن هل كل منا يدرك كيف يمكنه أن يكون مبدعا فى مجالٍ ما ؟ وهل يمكن أن يكون الإنسان مبدعا حتى بحياته الخاصة وبعلاقاته مع الآخرين ؟ أرقى أنواع الإبداع هو هذا الإبداع الإنسانى ، الوصول إلى انسجام مع الذات ومع الآخر . أما أى إبداع آخر فيعتمد على الخيال الحر.

المعرفة الشمولية ، الفضول العلمى ، تقدير العلم والتواضع له وأخيراً الإصغاء لموهبة صامتة أو مدفونة ولا يمكن اكتشافها دون المعرفة العميقة للذات ولقدراتها .

الفن في السجون

تم تأسيس هذا البحث بناءً على مقالات باللغة الإنجليزية والفرنسية حول الفن والسجن.

أحد الرسامين الذين يعطون دروساً للرسم فى السجون يقول عن تجربته:

" استغرق الأمر منى ثلاث سنوات لأمشى بين الزنازين دون شعور بالخوف فى معدتي، حيث يتصف السجن بالقسوة والغلظة وبوجود أشباه الوحوش من البشر ، يمكن القول أنه هو الجانب الأسود من الحضارة ، ولكن السجناء أنفسهم يقدرون أنك تفعل شيئا ما لأجلهم ، فى مكان لا محل به للإبداع ، فيتحول الرسم إلى التجربة الإيجابية الوحيدة التى يعيشونها داخل السجن."

يقول رسام آخر :

" العديد من السجناء لا يمتلكون انتباها طويلا ، ولا يستطيعون الالتزام بتعاليم معقدة ، لذلك ينوع المدرسون النشاطات بشكل مُبسط كى لا يتحول الفن إلى فشل آخر بالنسبة إليهم".

الفنان الذى يعمل مع السجناء لابد أن يحضر نفسه لمشاعر متناقضة ، فمن جهه يبدو السجناء لطيفين ومحترمين ويقدرون حضور أحد ما لتعليمهم ، وبنفس الوقت تتعامل معهم دون أن تتعرف على جرائمهم لأنهم ليسوا جرائم بل أشخاص ارتكبوا جرائم ، معظم السجناء يأتون من عائلات مفككة وفقيرة أو من أقليات ضعيفة المهارات والتعليم .

الإبداع الفنى يشارك فى إعادة تأهيل السجين ، وهو ما تؤكده الدراسات النفسية ، المسرح ، الموسيقى ، الرسم ، إنها وسائل إبداعية لا تكسر الأقفال ولا القضبان ولا تعطى الحرية للسجين ولكنها تفتح أبوابا أخرى نحو سماء أكثر زرقة بعيداً عن الجدران ولو لدقائق من الحرية . عالم الفن يُعيد السجين لارتباطه بمشاعره وحقوقه كإنسان حر ، يعيد له اكتشاف المتعة والرغبة والشعور بالحرية والرغبة فى الحديث .

الفن يساعد السجين على إيجاد الكلمات المفقودة التى لا يقولها خارج عالم الفن ، فالزيارات مراقبة والبريد مراقب ، ولا يمتلك حرية التعبير عما يفكر به فتصبح الفردية هى الصفة العامة داخل الجدران ، فالسجين لا يتحدث إلا فى

الأماكن الضيقة حين يتأكد أنه لا يوجد من يسمعه ، فهم يتحدثون غالباً حين يمشون أو يتحركون. صوت آلة موسيقية، صوت قلم رصاص ، حركة جسد تسمح له بالتعبير عن مشاعره بحرية أكبر خصوصاً وأن المسرح أحد الوسائل التى تسمح له بتعبير أكبر عن مشاعره وأفكاره.

يسمح الفن بإعادة بناء الهوية ، يتحول إلى بانٍ لذاته ، ثم تأتى مرحلة.تحقيق ما أبدعه ، مشاعر من المتعة والرضا تنتابه حين يتامل ما أبدعه بيديه أو بأفكاره ، خصوصاً وأن السجين كان يجهل أو يتجاهل قدراته في السابق ، فهو يتعرف على نفسه وعلى قدراته خصوصاً إن كان مُهملا وكانت قدراته غير مُستعملة ، يقول أحد السجناء :

"نرسم، نلون ، نعمل أشياء ، وفى النهاية نقول لأنفسنا بأننا لسنا أغبياء مثلما قالوا لنا".

أمثلة لسجناء كان الفن مُنقذهم:

ديديه شاميزو - حُكم عليه بالسجن لمدة ١٠ سنوات ، يقول عن تجربته:

" حين فُتح الباب ، مشيت حوالى عشرة أمتار ، وشعرت أن العشر سنوات التى قضيتها فى السجن لم تكن موجودة بحياتى ، ألمس أحياناً وجهى كى أتاكد أننى كنت فى السجن

لعشر سنوات، وخلال كل تلك السنوات لم أتوقف عن الرسم وأول معرض لي كان اسمه حرية".

فرانسوا تورتوزا :

كان عمره ٢٧ عاماً حين حاول الهروب من السجن حيث قضى عقوبة لمدة طويلة ، تخلى عن فكرة الهرب من السجن بسبب دروس الرسم ، كرس حياته للرسم ، ويساعد حالياً الأشخاص المعاقين بأن يحرروا أنفسهم من إعاقتهم بفضل الرسم.

ليونار بيلتيه:

.وهو من الهنود الحمر وقد تم سجنه لمدة طويلة لدفاعه عن حقوق الهنود في أمريكا ،.في البداية لم يُسمح له بالرسم ثم تم استئناف قرار المنع من الرسم ، وأصبح من أشهر رسامي الثقافة الهندية في العالم ، أهم ما يتعلق به هو هذه المقولة:

" الرسم هو طريقة للتعبير عن العالم ، طريقة للترحال عبر الجدران والقضبان ، من خلال رسوماتي أستطيع أن أرى شعبي، وأحافظ على علاقتي مع ثقافتي وروحي ، أستطيع أن أراقب الأطفال وهم يرقصون ويضحكون ، أستطيع أن أرى أجدادي ، وحين أرسم لوحاتي أشعر أنني إنسان حر".

إحذر الكآبة

في عدة تقارير فرنسية تم نشرها في مجلة " نيروإيماج" حول الكآبة ، يتحدث الباحثون بهذه التقارير بأن الأشخاص المصابين بالكآبة توجد لديهم صعوبة في التركيز والتذكر ، وصعوبات ذهنية مرتبطة بأن أدمغتهم تعمل أكثر من اللازم ، وتم ملاحظة أن الأشخاص المكتئبين يبذلون جهدا أكبر للتذكر والقيام بعمليات ذهنية صعبة أو معقدة أكثر من الأشخاص الطبيعيين ، وكأن الكآبة تسبب نقصا ذهنيا فيما يتعلق بأي نشاط عقلي ، فيفتقدون القدرة على الاقتصاد في بذل الطاقة الذهنية وذلك لنقص في الحافز النفسي أيضاً.

وبهذا يستخدمون مصادر ذهنية أعلى لأجل الوصول إلى الكفاءة المطلوبة وهو ما يوضح شعورهم الدائم بالإرهاق .

أعراض الكآبة :

- تدني مستوى التحفز للقيام بأي عمل
- تجنب الأصدقاء
- صعوبة في التركيز
- تغير نمط الأكل

- أفكار حول الانتحار

- أفكار سلبية

- عدم الشعور بالسعادة لأى نشاط

- الرغبة بالبكاء

- نقص الطاقة

أسباب الكآبة :

- مزيج من عوامل بيولوجية ، وجينية ، ونفسية

- فترات من الحزن طويلة لفقد شخص عزيز ، فقد العمل ، مشاكل عائلية، مشاكل مالية .

- قد ينتج عن عدم توازن كيميائى فى الدماغ ، مرض عضوى، المشروبات الكحولية ، حمية غذائية غير مناسبة.

كيفية التعامل مع الكآبة :

- وضع أهداف بسيطة يمكن تحقيقها

- الأكل بشكل متوازن

- تجنب النوم خلال النهار

- الابتعاد عن المشروبات الكحولية

- المشاركة بنشاطات تحسن المزاج

- التوقف عن التفكير بشكل سلبي
- وضع قائمة للأشياء الإيجابية
- الاستماع للموسيقى
- اللجوء إلى استشارة طبية

ما هى الكآبة:

الكآبة مرض يؤثر على جميع أعضاء الجسم ، المزاج، الأفكار، السلوك ، النوم ، الأكل وطريقة التفكير فى الذات وفى الآخرين وله آثار سلبية على وظائف أعضاء الجسد أيضاً. مرض الكآبة ليس مزاجا حزينا قد يمر وليس حالة ضعف تنتاب الإنسان ويمكن إبعادها بسهولة ، الأشخاص المصابون بالاكتئاب بالكاد يستطيعون أن "يجمعوا شتات أنفسهم" ، الأعراض قد تستمر لأسابيع ، شهور أو حتى سنوات .

ولكن ليس جميع من يصاب بالاكتئاب يكون لديه نفس الأعراض بل تختلف من شخص لآخر . من الأعراض الصعبة للاكتئاب:

- مزاج متوتر ، حزين ، وشعور بالفراغ ويستمر هذا الشعور لفترات طويلة

- الشعور باليأس والتشاؤم
- الشعور بالذنب وانعدام قيمة الذات
- فقدان الشعور بالسعادة لأى هواية أو نشاط
- عدم القدرة على النوم بسهولة ، أو الإفراط فى النوم
- نقص طاقة ، تعب ، فقدان أو زيادة فى الوزن
- أفكار حول الانتحار ومحاولات الانتحار
- اضطراب وطباع حادة
- صعوبة فى التركيز والتذكر واتخاذ القرارات
- أعراض جسدية تتعلق بالجهاز الهضمى أو آلام الرأس أو أعراض جسدية أخرى يكون سببها الأساسى نفسيا وليس عضويا .

لابد من التعامل مع مريض الكآبة بصبر ورعاية وبتشجيع، والتحدث معه والاستماع إليه وعدم إهمال أى تلميح له حول الانتحار. كما أن الشخص المكتئب لا يستطيع التحكم بسلوكه مع الآخرين ، قد يبدو مضطربا ، مجادلا ، غاضبا ، غير متأقلم فلابد أن يفهم من حوله أنه لايستطيع أن يسيطر على وضعه النفسى ، وأحياناً لابد من مساعدته بأن يدرك حجم المشكلة وأن يلجأ

للعلاج الطبى بحال استمرت الحالة دون تحسن. المهم ألا يترك الإنسان نفسه دون أن يساعد ذاته أو أن يسمح للآخرين بمساعدته .

تعددت المقالات والأبحاث التى تحدثت عن الكآبة خصوصاً فى العالم الغربى ولا يسع المجال هنا للكتابة عنها جميعها ، حيث إن الكآبة مرض ينتاب أعدادا كبيرة فى المجتمع الغربى وتم تصنيفه على أنه من الأمراض التى تحتاج إلى علاج والاعتراف به كمرض فى أماكن العمل أيضاً ، ولكن ماذا عن العالم العربى الذى لا يزال يتجاهل هذه المشكلة ؟ بل إن الكآبة قد تصيب الأطفال أيضاً وبمقال آخر يمكن الحديث عن كآبة الأطفال .

فى العالم العربى هذه المشكلة لها ثلاثة أبعاد : البعد الأول ، عدم الاعتراف بهذه المشكلة وعدم تصنيفها ضمن الأمراض التى قد تحتاج فعلاً لعلاج . البعد الثانى ، البعد الاجتماعى الذى يخلط بين المرض النفسى وبين المرض العقلى ويعتبر أن من يراجع الطبيب النفسى هو بالضرورة متعب عقلياً أيضاً . البعد الثالث ، هو البعد الدينى الذى يعتبر أن المؤمن لابد أن يكون راضياً وقانعاً بحياته وهو بعد علاجى مهم وصحيح ، ولكن بمواجهة وضع نفسى وعضوى وذهنى حاد لا يكفى البعد الدينى ليعالج المشكلة ،

فى الحالات الصعبة لابد من أن تترافق المفاهيم الدينية مع العلاج الطبى .

وأخيراً ، ربما يكون علاج الكآبة كامناً ببساطةِ من عاش قبلنا وأدرك أن الحياة لا تستحق كل هذا الحزن ، لأنها تتغير ، تتحول ، تمنح، تأخذ وأن لكل إنسان قدرا ومصيرا لا يعلمه إلا الله تعالى ، وأن يرضى مهما كان وضعه متواضعا . وأن يعالج الإنسان ألم قلبه بعمق فكره وتأمله الواعى لحقيقة الحياة وأنه بأى لحظة يمكن أن يغادرها سواء أكان ثرياً أو فقيراً ، مريضاً أو سقيماً ، جميلاً أو بشعاً.

خواطر

من عالم الروح

أحلام يقظة

لطالما حذرونا من أحلام اليقظة ، ولكن كلما كبرنا وجدنا أن الحياة ليست سوى حلم يقظة ، فما نراه بأنفسنا بأحلام اليقظة يأتى مطابقاً للواقع بأغلب الحالات ، فمن رأى نفسه سعيداً طوع كل ما حوله لكى يكون سعيداً . ومن رأى نفسه تعيساً ، تآمرت الأشياء و الأشخاص من حوله لتحقق تعاسته. ومن رأى نفسه فى مهب الرياح ، يمضى وكأنه ذرات رمال.

لا تحذر من أحلام اليقظة ولكن أحذر من محتواها ، لأنها ليست سوى انعكاس أرواحنا لما قد يكون عليه واقعنا.

الرحلة الأخيرة

لم أعد أذكر كم عدد البلاد التى زرتها ولا أسماء الفنادق التى أقمت بها ، حتى ملامح أصدقائى فى كل بلد تبدو مختلطة ، متفردة وأيضاً متشابهة ، ولكننى وبعد كل هذه السنوات وهذه الرحلات ، أبحث عن شىء آخر ، شىء خدمته طوال سنوات حياتى ولكننى لم أدرك حقيقة وجوده ، إنها ذاتى الدفينة المتألمة والصامتة ، لم تكن تريد أسفاراً ولا أشخاصاً ولا ملابس ولا ولائم...بعد كل هذا العمر من الرفاهية والمتعة ، أقف أمام ذاتى خالى اليدين، لا أدرى ماذا أقدم لها بعد .... فهى تئن من الوحدة ، وتتعب من السفر، بعد سنوات طوال من الركض المتواصل بين الشرق والغرب ،

أدرك الآن أن ذاتي مُرهقة وواهنة لأنني لم أجعل قوتها بمعرفة بالله تعالى والإيمان به ، بل جعلت قوتها تكمن بكل ما هو دنيوي ، فهل تبقى لي ولو بعض من الوقت لأتجه لله تعالى وتستعيد ذاتي شيئاً من بهائها المنطفيء؟

هل تبقى لي بعض من الوقت لرحلة أخيرة نحو ملكوت السماء؟

أحب الله

في أوقات ما في الحياة، شيءٌ ما يدفعني للتوقف وتأمل ما حولي، من أشجار وأرض وسماء وبشر وحيوانات ، فأمتلئ حباً للخالق الذي أبدع بخلق كل هذا الجمال . وشيءٌ ما يوقفني للتأمل بأنواع البشر ، لا بألوانهم بل بنفوسهم والفوارق العجيبة بينهم فأمتلئ حباً لله ، وأكثر ما يوقظ هذه المحبة هي رحمته التي أراها بكل ما حولي ، حين تمر شهور من الجفاف فيأتي المطر مدرارا..وحين تغرق الليالي بالدموع فيأتي الفرج مع الفجر ، وحين تحل الرحمة بقلب الثرى فيعطي الفقير بسعادة من يأخذ . وأرى محتضراً يستيقظ قبل موته ، يتحدث مع من يحب ، يلمس يده ، يأكل ما يشتهي ويروي عطشه حتى يعتقد من حوله أنه قد تعافى ، ثم بعد دقائق يلفظ أنفاسه الأخيرة ! وكم من لحظات شملتنا بها رحمة الله تعالى خلال حياتنا الطويلة أو القصيرة ونحن لا ندرك هذه الرحمة ولا ننتبه لوجودها ،

وأرى ...وأرى ...ويزداد حبى كلما رأيت وشعرت وفكرت وقرأت عنه وله سبحانه وتعالى.

أربعة محاور

كى تعرف الآخرين لابد أن تُبحر بأعماق ذاتك ، فأنت لست وجها انعكس على المرآة ، أنت نفس وروح وعقل وقلب ، فكم ستكون رحلتك طويلة بين هؤلاء المحاور الأربعة ! وأتساءل ، هل يتبقى لك ما يكفى من الوقت للإبحار فى ذوات الآخرين ؟ ربما أكثر ما يقربنا إلى الإيمان بالله تعالى وفهم هذا الوجود هو مدى عمق معرفتنا بذواتنا ثم التعرف على ما خلق الله تعالى من حولنا .

جرس الهاتف

كان لواءً فى الجيش ، لا يتوقف جرس الهاتف عن الرنين فى منزله، ولا تكاد الصالة الواسعة تفرغ من الضيوف، وحين تقاعد ، صمت الهاتف وفرغت الصالة الواسعة . صديق وحيد بقى يزوره ويقول له من حين لآخر:

" أقسم لك بأننى أحبك فى الله ".

لحظة صدق قبل الرحيل

– لا تنتظرينى ، إذهبى إلى النوم.

– لماذا؟ لقد تأخر الوقت وأنت متعب !

– لابد أن أصفى بعض الحسابات .

– ولكن أين دفاتر الحسابات؟ لا يوجد معك أى أوراق !

– الحسابات التى يجب أن أصفيها ليست مكتوبة على الأوراق ، إنها محفورة فى عقلى وقلبي.

– ماذا تقصد؟

– اليوم بلغت من السن خمسين عاماً ، وفكرة واحدة تسيطر على حواسى

لابد أن أصفى حساباتى قبل أن أقابل خالقى ، فأعيد الحقوق لأصحابها وأطلب السماح ممن أسأت إليه.

– ولكنك لست عجوزاً !

– ولست شاباً ، ولابد أن أهيء نفسى لرحيل قد يأتى سريعاً أو بطيئاً .

وبعد أشهر قليلة كانت تودع جسده الراحل قبل دفنه ، تذكرت كلماته وسرت القشعريرة بجسدها ، وشعرت أن الوجود كله يبدو ضئيلاً أمام لحظة صدق مع الله تعالى ومع الضمير.

محبة الأرواح

أصدق الحب هو حب الأرواح وإلا فكيف لك أن تحب من كتب سطورا قليلة وأنت لا تعرفه ولم ترَ وجهه بل ربما يكون قد رحل لعالم الأموات ؟

كيف تخفق قلوبنا لوجه نراه لأول مرة ولا نعرف حتى اسم صاحبه؟

أجمل الحب هو حب الأرواح ، فمهما تغير الجسد ، شاخ

أو مرض ، تبقى الأرواح متحابة فلا ترى التجاعيد ولا التشويه ولا يعتريها المرض ، فإن لم تحب بروحك فأنت لم تعرف الحب بعد ، وحين تعرف محبة الأرواح لن تخشى الموت ولا المرض ولا الشيخوخة.

جمال من نوع آخر

أولئك الذين يقفون أمام أخطائنا بابتسامة وربما بمصافحة، أولئك الذين ينسون إساءاتنا قبل أن ننساها نحن، وأولئك الذين يقدمون حتى اللحظة الأخيرة ولا ينتظرون المقابل ، وأولئك الذين امتزجت أيامهم بالدموع وامتلأت صدورهم بالجروح ورغم ذلك يسامحون ...هذا هو الجمال الآخر للنفس البشرية ، الجمال الذى نراه كل يوم ونُصر على تجاهله ، ربما لأنه أرقى من مفاهيمنا المتواضعة والدنيوية للمعنى الحقيقى للجمال.

مُتعبة

رددت بلا نهاية (أنا متعبة) متعبة من كونى زوجة مُهملة وأما مُضحية ، مُتعبة من انعدام هويتى كأنثى أمام زوجى ، متعبة من وجودى الذى يبدو ثقيلاً ومحملاً بالأعباء التى تراكمت على أرض جافة ومهجورة ، لم أعد أدرى هل أنا امرأة أم مجرد ذات إنسانية؟

نظرت إليها بصمت وفكرت:

" بأى حق يقتلون الروح تحت راية عقد الزواج"

فقلت لها بهدوء:

- مزقيه...

نظرت لي باستغراب وقالت :

_ أمزق ماذا ؟

_ عقد إهمالك وازدرائك كامرأة ، أعني عقد زواجك...

_ لقد مزقته منذ سنوات ، ومزقت ذاتي ولكني لا أستطيع أن أمزق أولادي..

رحلة بلا حدود

في أي مكان نتوجه به على هذه الأرض ، لابد أن نسلك طريقاً واحداً ولابد أن نعرف مسبقاً أن له اتجاها واحدا . أما في طريقنا إلى أرواحنا ، فهناك عدد لا يُحصى من الطرق ولا يهم إن لم نكن نعرفها مسبقاً ؛ فأروع الرحلات هي رحلة الإنسان مع روحه لأنها لا تعرف حدودا ولا خرائط، ومن لم يتعلم فن التجوال بروحه لم يتذوق الكثير من الجمال على هذه الأرض .

ليست سوى ذكريات

مدفأة قديمة ، وفنجان قهوة مر ، وذكريات كالغبار ، كلما طُردت عادت من النافذة أو من الباب ، وحياة كاملة تتحول لذكريات في كل دقيقة ، ذكريات من صور تبعثرها الرياح ولا يبقى سوى عودة أبدية للخالق الواحد الأحد.

انتصار الواقع

كلما ازدادت مساحة الوهم مقابل مساحة الواقع أوجدنا أعداءنا بأنفسنا ، فالواقع أبسط بكثير من الوهم ، الواقع له حلول كثيرة مهما كانت مشاكله ولكن الوهم لا حلول له لأنه هناك يربض صامتاً متجبراً عنيداً فى نفس احتوته وضمته بكل رغبتها ببقائه لأنها اعتقدت أن الحياة مع الوهم أسهل من الحياة مع الواقع ، ولكن المشكلة هى أن الوهم لا يبقى بحجمه المتقوقع داخل النفس بل يمتد لمساحات تحتل الفكر والقلب ، وحين يسيطرعلى وجود من يحمله فلابد أن تحصل المواجهة ما بين الوهم والواقع ، ولابد أن ينتصر الواقع لأنه يحتل مساحة الوجود بأكلمه بينما يحتل الوهم مساحة النفس فقط.

مطر وفقر

لا أفكر بفقرى ولا بثراء الآخرين إلا حين تتساقط الأمطار بغزارة وتهب الرياح الباردة وأنا أقف على أحد الأرصفة بانتظار سيارة أجرة تقلنى إلى بيتي ، لا تمر السيارة المنشودة وتمر أمامى عشرات السيارات الفارهة المُدفأة والمنطلقة بأقصى سرعة لتُغرقنى بالمزيد من المياه ، فى هذه اللحظات فقط أدرك وبكل واقعية الحياة الفرق بين الثراء

والفقر.

الطلاق ليس كلمة فقط...

يجلس بصمت ، يراقب نوبات غضبها ، يستمع لكلماتها الحادة ، لا يرد ولا يستطيع أن يطلقها بسبب الأولاد ، ولكنه يطلقها فى عقله وقلبه كل يوم مائة مرة.

فرار إلى الوهم

لماذا نلوم من لم يعد يستطيع التحكم بالواقع ففر إلى الوهم؟ ألا ندرك أن الوهم هو مركبه الصغير والوحيد نحو سعادةٍ ما ، سعادة قابعة هناك قرب شاطيءٍ بعيد ، فلا المركب يصل ولا الشاطيء يقترب ، فلماذا لا ندعه يجدف فلربما يصل قارب الوهم لشاطيءٍ ما...

شوقٌ

شوق ينتظر اللقاء ، وشوق ينطفيء بعد اللقاء ، وشوق لا ينتظر اللقاء ولكنه جمرة فى الصدر تطمرها الأيام ، ثم تشتعل عند هبوب كل نسمة آتية من الشرق البعيد...

خطأ فظيع...ولكن

- كل ما أردته هو شيء من الحب ...
- ولكنك اقترفت خطأً فظيعاً بإقامة هذه العلاقة !
- أنت تعتقدين أنها خطأ ، وأنا أرى أنها مركب نجاة لنفس تكاد تغرق وتموت.
- وهل الأخطاء تنقذنا من الموت؟

- لا تنقذنا من الموت ، ولكنها تجعلنا ندرك كم اقتربنا من الموت ، وحينها قد يدفعنا خوفنا إلى النهوض من جديد والإصرار على استعادة أنفاسنا التى كادت أن تنوى ، فلا تحتقرى الأخطاء كثيراً ، لأنها قد تكون الطريق الأقصر نحو الصواب.

ليل ووحدة

لا يوجد ثوب أجمل للوحدة من ليلٍ بارد ، ترتديه بصمت وينساب كقطعة خريرية باردة على الروح والجسد ، ولاتنسَ ما كان ولا تتوقف عن التفكير بما سيكون ، تنساب قطعة الليل الحريرية وحين يأتى الفجر تبدأ برؤية بريقها الشفاف وتدرك أنها لم تكن وحدة ، وأنه لم يكن ليلا مظلما ، بل رحلة فى الوجود.

حين يكون الانسحاب بطولة

كثيراً ما نمتدح المواجهة ، ولا نحب كلمة انسحاب ، ولكن فى عالم تُقاس به القيم والمشاعر بالمادة ، وفى عالم نبخل به بالكلمة الطيبة للآخرين بل حتى لذواتنا ، يصبح الانسحاب قارب نجاة بل بطولة.

قلاع من ذكريات

هناك من يصرون على الشرب من البئر الآسن ، بئر الذكريات التى أصبحت رماداً ، بل ويجعلون منها قلاعاً

يسكنونها حتى ولو تصدعت فوق رؤوسهم سوف يعيدون بناءها ، إلى أن ينهاروا هم وقلاعهم المُرممة فيتلاشوا هم والذكريات التى عاشوا بها و لأجلها.

أحبك ولكننى أكذب...

قال لها إنه يحبها ، صدقته وقالت له إنها تحبه ، شعر بالزهو، لم يكن صادقا وكانت هى صادقة ولكنها لم تغضب ، بل ربما كانت ستغضب لو لم يقل لها إنه يحبها حتى ولو كان يكذب ؛ فما الفرق بين من يحب حقاً وبين من يدعى الحب، فكلاهما يبذل أفضل ما لديه كى يصدقه الآخر. وإن لم يمُت الحب بسبب الكذب فهو قد يموت لأسباب أهون من الكذب ؛ فالحب من أكثر المشاعر عمقاً وأكثرها هشاشة أيضاً ، ولشعورنا اللاواعى بهشاشته نحيا دائماً فى خوف من فقدانه، ونريد أن يؤكد لنا من نحب أنه يحبنا فى كل يوم، لأنه بمواجهة القلق من فقدانه قد نكتفى بكلمتين ليهدأ الخوف وربما ليستمر الوهم.

نداءٌ صامت

أكثر الأصوات عمقاً هو الصوت الخافت ، وأكثر الحاجات إلحاحاً هى الحاجة الصامتة ، ونداء صامت يطلب شيئا من الحب ، وحين يغادر الصوت الخافت لعالم آخر أو يرحل لمكان آخر ، نسمعه بوضوح ولكنه يكون قد توقف عن النداء.

ليس مصادفة

رأيته مصادفة ، وجدته مصادفة ، حصل مصادفة ، لا ، ليس مصادفة ، فكل ما بهذا الكون هو من تدبير عليم حكيم مدبر ، فانتبه للرسائل التى يرسلها إليك فى كل دقيقة وساعة وسنة وخلال عمرك كله ، فلا شيء بهذا الكون يأتى مصادفة.

الخيال حقيقة

الحقيقة هى أن الخيال أجمل من الواقع ، فهو من صنع أفكارنا ، وهو شيء نروضه كما نرغب ، وهو المهرب الأخير إلى الأمل وربما إلى الخلاص .

وكل ما حققناه ليس إلا ذلك الخيال الذى راودنا ولحقنا به بإصرار لنمتلكه ، ولكن هل حين امتلكناه كان بجمال ما تخيلناه؟

اعتذار

أجمل صيغ الاعتذار ، ماقاله أحدهم :

أنا أخجل من خطئى هذا ، فأغفره لى كى أستطيع ان أتصالح مع ذاتى أولاً ثم معك."

الخوف يجعلنا معاً

ندرك تماماً أن كلا منا سينتهى وحيداً بطريقة أو بأخرى حتى ولو كنا أحياناً معاً ، ورغم ذلك نتشبث ببعضنا البعض ربما هروباً من هذه الحقيقة.

الفهرس

مقالات حول عالم الأدب

مقالات انسانية

مقالات حول كتب أدبية

هذا الكتاب

حين تصبح الورقة وطن

ويصبح القلم صديق

ويرافقهما الكتاب

برحلة نحو الخلود

أعلم ساعتئذٍ بأن الموت الحقيقي

ليس موت الجسد

بل موت الروح والفكر والشعور

لذا قررت أن أبقى على قيد الوجود

مع ورقة وقلم وكتاب

وألا يكون لي حياة إلا في مساحة الشعور

وحين أرحل

أعلم بأن الجسد فقط من يرحل

ويبقى الشعور رفيقاً للروح برحلة الخلود

كتاب الهلال

سناء أبو شرار

أنا طفل

روايات مصرية للجيب

إنها بالفعل شيء ملائكي رائع

إثارة ، متعة ، ثقافة ، تسلية ، ذكاء ، ألعاب ، مغامرات



المؤسسة العربية الحديثة للطبع والنشر والتوزيع 10 ، 16 ش كامل صدقي الفجالة ،
4 ش الإسحاقي بمنشية البكري روكسي مصر الجديدة - القاهرة - ت : 22586197 - 24677371 - 24677138
فاكس - 202/24677188 ج.م.ع ، 4 ش بدوي محرم بك - الإسكندرية ت : 03/4970840 - 03/4970850